LA RUTA DEL CAMARÓN • CÓMO NOS ENAMORAMOS DE UN LOGO

Profeco

REVISTA DEL
CONSUMIDOR
revistadelconsumidor.gob.mx

El Laboratorio Profeco informa:

COMPUTADORAS 2010
Reporte anual

16 marcas y 83 modelos de todas las clases:
Laptop, desktop y netbook

Además:

Test infalible para saber qué computadora necesitas

iPad:
Lo vimos, lo usamos y te damos nuestra opinión

CARTUCHOS DE TINTA PARA IMPRESIÓN:
Su rendimiento anual peso por peso

Terapia de reemplazo hormonal:
¿Estás segura de que te conviene?

Tecnología Doméstica Profeco

Desodorante para pies. Frescura sin pagar lujitos

Agosto de 2010 Núm. 402 $25
7 509997 078342 00402
Exhibir hasta el 31 de agosto ISSN 0185-8874

ALERTA

Lavadoras de platos podrían provocar incendios

Lavaplatos Maytag a revisión

Whirlpool México inició a finales de junio el llamado a revisión de 1,141 lavadoras de platos marca Maytag, debido a que es posible que su sistema calorífico presente una falla eléctrica que podría causar un incendio.

Los modelos involucrados son: MDB4651AWS, MDB5651AWS, MDB7601AWW, MDB4651AWW, MDB6701AWS, MDC4650AWB, MDB5601AWW, MDB7601AWS y MDC4650AWW.

Si adquiriste uno de estos lavaplatos, comunícate a Whirlpool México al **01 800 234 0715** (desde cualquier parte del país y sin costo alguno) para que te indiquen el procedimiento para la revisión y reparación del elemento térmico que genera la falla, sin costo alguno.

De cualquier forma, **Profeco** está atenta al cumplimiento de esta empresa y puede atender las quejas de los consumidores y brindar asesoría en el Teléfono del Consumidor: **5568 8722** en el DF y zona metropolitana y **01 800 468 8722,** larga distancia sin costo desde el resto del país.

HASTA QUE LA VIDA REAL LOS SEPARE... por **Boligán**

SUMARIO

Agosto
de 2010
Núm. 402

6→ YO, CONSUMIDOR
Tus cartas, tus debates, tu voz

9→ CONTENIDO NETO
Si tiene que ver con consumo, está en esta sección

34→ ¿HORMONAS PARA SIEMPRE?
Las terapias de reemplazo hormonal no son necesariamente la mejor opción durante el climaterio. Te decimos por qué

38→ EL INGREDIENTE SECRETO
Has escuchado sobre él, pero ¿sabes qué es el benzoato de sodio?

40→ DIVÁN DE NUTRICIÓN
No hay pregunta demasiado salada para nuestra experta en alimentación

42→ EL LABORATORIO PROFECO REPORTA: COMPUTADORAS PERSONALES
Analizamos más de 80 modelos de las marcas más populares del mercado

60→ TEST: ¿QUÉ CLASE DE COMPUTADORA NECESITAS?
Encuentra aquí tu equipo ideal

62→ CON LAS MANOS EN EL iPAD
Probamos el gadget de Apple y te decimos si vale la pena

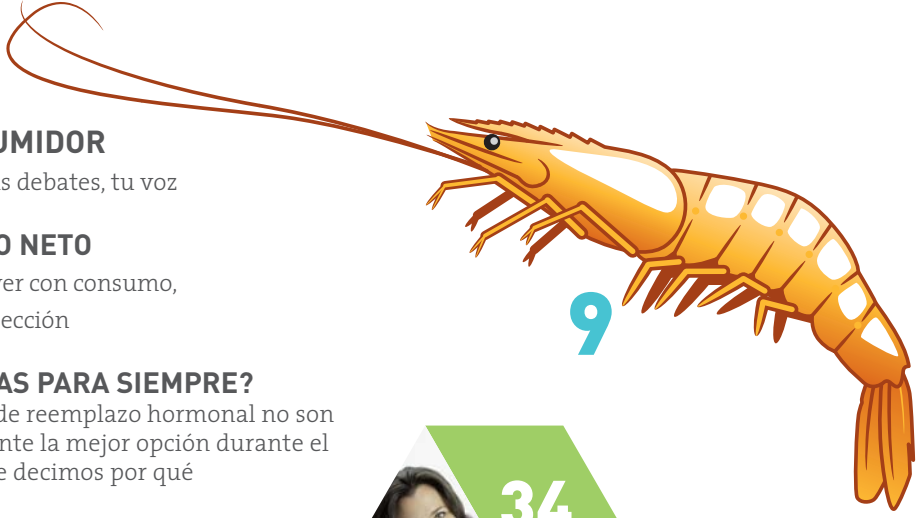
64→ CONSUMÁN VS. LA CONSPIRACIÓN ESCOLAR
El enmascarado favorito de chicos y grandes se enfrenta al complot educativo del Conserbero

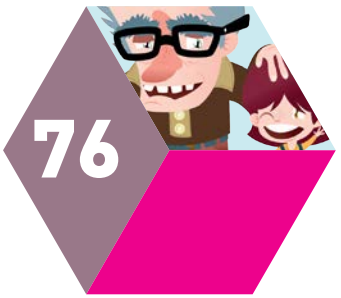
70→ EL PODER DEL LOGO
Por qué las insignias se quedan en tu cabeza (y te llevan a comprar sus productos)

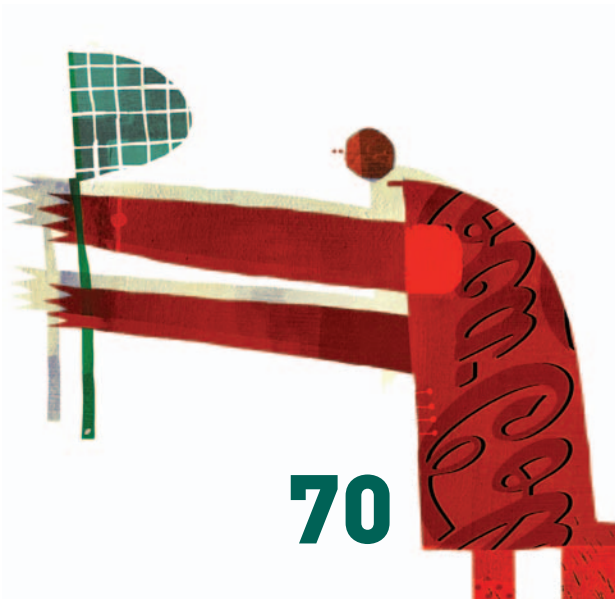
76→ PEQUEÑOS CONSUMIDORES
Festeja a tus abuelos con estas diez ideas para convivir con ellos

78→ SERVICIOS A BORDO
Los servicios que **Profeco** pone a tu disposición

80→ EL TURNO DE
Susana Zabaleta nos canta sobre lo que compra (y lo que no)







ALERTA

¡Falsa vacuna alemana para bajar de peso!

Los peligros del Metabolite

La Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios (Cofepris) alerta sobre una supuesta "vacuna alemana" para combatir la obesidad que se vende por internet, en tianguis y en el mercado negro. Su nombre es Metabolite y éstas son 5 razones de peso para evitarla por completo:

1. Cofepris consultó con las autoridades alemanas y éstas informan que el laboratorio que aparece en la publicidad de Metabolite no tiene registro sanitario en Alemania. El producto tampoco tiene un registro sanitario en México.

2. El Metabolite contiene hormonas femeninas que sirven para estimular el desarrollo del óvulo y contribuir al proceso de fertilidad. Por supuesto, estas hormonas no sirven para reducir el sobrepeso o la obesidad.

3. Metabolite por ninguna razón debe administrarse durante el embarazo o lactancia ni en mujeres con problemas médicos en ovarios y útero.

4. Los efectos secundarios que podría experimentar quien se atreva a consumir Metabolite son: náuseas, vómito, retención de líquidos, diarrea, falta de aire, dolor pélvico, tumores y abortos, entre otros.

5. Cofepris advierte que en ningún lugar del mundo existe una vacuna contra la obesidad y el sobrepeso. Los consumidores no deben automedicarse ni dejarse engañar con soluciones milagrosas para bajar de peso.

Si encuentras este producto en el mercado, puedes denunciar su venta al Teléfono del Consumidor (**5568 8722** en el DF y zona metropolitana, y **01800 468 8722,** larga distancia sin costo desde el resto del país).
Consulta otras Alertas al consumidor en www.profeco.gob.mx/alertas/alertas.asp

Profeco

SE

Procurador Federal del Consumidor
Antonio Morales de la Peña

Coordinadora General de Educación y Divulgación
Mónica Braun Guillén

Director General de Difusión
Rodrigo Xoconostle Waye

REVISTA DEL
CONSUMIDOR

Director Editorial
Pablo García Camarero

Subdirector Editorial
Alejandro García Williams

Coordinadora Editorial
Alejandra Sánchez Plascencia

Jefe de Información
José Armando Aguilar Pérez

Corrección de estilo
Alma Rosa Guerrero Gutiérrez

Director de Arte y Diseño
Guillermo Serrano Sánchez

Editora Gráfica
Mayra Meneses

Diseño
Roberto Paz Amaya,
María José Flores

Colaboradores
Boligán, Leticia Huerta,
Ágata Székely, Rafael Muñoz,
MarTe, Daniel Avilés,
Jorge Cervantes

Ilustradores
Francisco González y García,
Patricio Betteo, Erika Argüello,
Víctor Vélez

Fotógrafos
José Rodríguez Magos,
Arturo Buitrón

Consejo Editorial
Antonio Morales de la Peña
Aída Albuerne Piña
Roberto Bello Salcedo
Mónica Braun Guillén
Noreli Domínguez Acosta
Alberto Díaz Trujillo
José Luis Flores Lepe
Raúl García Moreno Elizondo
Filiberto Martínez Aguilar
Jaime Salazar Silva
José María de los Santos Quezada
Miroslava Turrubiarte Thomas
Rodrigo Xoconostle Waye

CONCIENCIA PIRATA

En las plazas, en las calles, en los espacios del transporte público del país campea el mercadeo de productos pirata. Una actividad delictiva es practicada con completa naturalidad. Ésa es la primera condición que hace prosperar a este fenómeno de graves repercusiones sociales y económicas (se ha llegado a afirmar que ya representa porcentajes sustanciales del Producto Interno Bruto). Hay una falta de conciencia general acerca de la ilegalidad en los hechos de vender y comprar ropa que imita marcas, programas de computación clonados o copias de películas en DVD.

A partir de este contexto deseamos destacar el Decreto que recién ha reformado los artículos 429 del Código Penal Federal y 223 Bis de la Ley de la Propiedad Industrial. La reforma establece que serán sancionadas las personas que vendan, con toda intención y con el fin de especular, productos que ostenten falsificaciones de marcas protegidas por la ley. Sin embargo, lo que más ha llamado la atención de la reforma es la decisión de perseguir *de oficio* este tipo de delitos. Esto quiere decir que ahora el Ministerio Público puede iniciar una averiguación previa con la denuncia que presente cualquier persona que tenga conocimiento del delito, aunque no sea el afectado. Así, el Estado tiene una mayor oportunidad para combatir la piratería. Creemos que este tipo de acciones pueden ayudar a cambiar esa conciencia débil sobre el carácter delictivo de tal actividad.

Al final, la reforma protege a los consumidores. Cuando compramos piratería, nos guiamos por la aparente conveniencia de adquirir productos a un precio bajo, pero en realidad vamos en contra de los principios del consumo inteligente. La calidad que obtenemos a cambio suele anular pronto la ventaja de la "ganga".

El favorito de los editores

"Lecciones de consumo: ¿Qué nos pasa?" Pág. 20
El programa de TV ochentero que creó Héctor Suárez nos provocaba carcajadas. Pero también describía las pobrezas del espíritu nacional más de lo que nos gustaría reconocer.

Comentarios y sugerencias: José Vasconcelos 208, piso 14, Col. Condesa, CP 06140, delegación Cuauhtémoc. Apartado postal 20600, México, DF.
Teléfono: 5625 6926. Fax: 5553 0574, E-mail: rconsumidor@profeco.gob.mx
Publicidad institucional: 5211 7419

La *Revista del Consumidor*, publicada mensualmente por la Procuraduría Federal del Consumidor (**Profeco**), está destinada a informar y a orientar sobre temas de consumo. Información sobre suscripciones, ventas y contratación de espacios para mensajes institucionales en el teléfono 5553 0574. El contenido de los artículos firmados no necesariamente refleja la opinión de la revista ni de **Profeco**: se incluyen a partir de nuestros principios editoriales de búsqueda de pluralidad y diálogo entre corrientes de opinión. Está permitida la reproducción de los estudios del Laboratorio y/o los análisis de precios en cualquier otro medio que apoye la intención de informar a grupos más amplios de la población. **No se autoriza la utilización de la información publicada en la revista con fines publicitarios o comerciales.** Los análisis de precios y los sondeos de preferencias de consumidores se publican como una referencia válida para las fechas indicadas en cada caso y son independientes de las acciones de verificación y otras que **Profeco** lleve a cabo en el cumplimiento de sus funciones.
Certificado de Licitud de Título núm. 1127 y Certificado de Licitud de Contenido núm. 639, expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas el 30 de abril de 1981. Se reservan todos los derechos respecto del título de esta publicación conforme a la Unión Internacional de Derechos de Autor. Registrada como correspondencia de Segunda Clase por la Dirección General de Correos, con el número PP09-0336. Características 218621140. Distribución nacional. Impreso en Impresora y Encuadernadora Progreso, SA de CV (IEPSA), San Lorenzo No. 224, Col. Paraje San Juan, CP 09830. Distribución en el Distrito Federal por la Unión de Expendedores y Voceadores de los Periódicos de México AC, Calle Guerrero #50, Col. Guerrero, Tel. 5591 1400 y 5591 1401, a través del Despacho Everardo Flores Serrato, Serapio Rendón #87, planta baja, col. San Rafael, CP 06470, Tel. 5128 6670. Editor responsable: Rodrigo Xoconostle Waye. Tiraje: 43,000 ejemplares.

El consumo inteligente es nuestra misión

LOS 7 PASOS DEL CONSUMO INTELIGENTE

No es lo mismo consumir a tontas y a locas que de manera inteligente. ¡Recuerda estos pasos y úsalos en tu vida diaria!

1

Conocer nuestros derechos y obligaciones, así como asumir las consecuencias de nuestra manera de consumir.

2

Comparar calidad y precio, pensando en satisfacer necesidades reales y en invertir antes de gastar.

3

Tener una posición crítica ante la publicidad y la moda, y valorarse por lo que se es y no por lo que se tiene.

4

Llevar una alimentación balanceada, evitar fumar y procurar un consumo que fomente el beneficio de la salud.

5

Elegir productos que sean ecológicos, ahorrar energía y agua, separar la basura y generar menos desechos.

6

Preferir productos artesanales o de empresas socialmente responsables, con políticas laborales justas y procesos de producción limpios.

7

Hacer alianzas con otros consumidores, con Profeco u otras instituciones para defender nuestros derechos y lograr relaciones de consumo más equitativas.

ESTA ES TU VOZ

Envíanos tus dudas y comentarios acerca de la **Revista del Consumidor,** o bien tus experiencias relacionadas con la contratación de servicios y la compra de productos, a **rconsumidor@profeco.gob.mx** o a Av. José Vasconcelos 208, piso 14, colonia Condesa, CP 06140, México, DF. ¡Escribe ya y dinos qué opinas!

RÉPLICA DE CANIPEC

La Cámara Nacional de la Industria de Perfumería, Cosmética y Artículos de Tocador e Higiene (Canipec) responde al estudio de calidad sobre lápices labiales, realizado por el Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor y publicado en la ***Revista del Consumidor*** *399 del mes de mayo de 2010.*

La Industria formalmente establecida, que ofrece productos cosméticos en México, entiende que la inclusión en el estudio de lápices labiales realizado por Profeco, de productos que se ofrecen en el mercado informal, busca ampliar el espectro de evaluación de la Autoridad y lo celebra. Sin embargo, la información correspondiente a estos productos debería presentarse por separado, ya que la falta de cumplimiento de la normatividad, de supervisión efectiva de los mismos y de sujeción al orden legal por parte de quien los produce y oferta (en el estudio frecuentemente reflejado en la ausencia de requisitos de etiquetado), impiden que puedan considerarse igual que los ofrecidos por la industria y el comercio establecidos.

Esta industria está comprometida con las mejores prácticas de fabricación y con el uso de las mejores tecnologías disponibles, por lo que en el apartado "La cuestión del plomo" nos gustaría aportar que esta inquietud también se ha analizado y evaluado a nivel internacional, por lo que creemos sería importante considerar como fuente el estudio realizado por la Administración de Medicinas y Alimentos de Estados Unidos (FDA, por sus siglas en inglés), disponible en el sitio de internet personalcarecouncil.org/newsroom/fda-study-reaffirms-safety-lipstick-agency, que justamente coincide con la conclusión del estudio realizado por Profeco en el sentido de que la presencia de plomo en los lápices labiales es tan baja que no representa un riesgo. Cabe reiterar que la industria cosmética formal utiliza ingredientes dentro de las concentraciones permitidas, conforme a la regulación mexicana y estándares internacionales.

Como Cámara apoyamos que se hagan este tipo de estudios, al igual que cualquier acción de las autoridades para que los consumidores tengan mejores herramientas para tomar su mejor opción de compra.

SE PONE VIVO

¿Me podrían decir cómo puedo conseguir todo lo que han escrito sobre servicios funerarios y cómo puedo adquirir el formato de un contrato de adhesión de este tipo de servicios?

—Armando Ojeda Cruz

En septiembre de 2005 publicamos, justamente, una Radiografía de servicios funerarios. Puedes consultarla en papel acudiendo al Centro de Documentación Profeco (Cedoc), que se encuentra en la planta baja de nuestro edificio en Av. José Vasconcelos 208, colonia Condesa, delegación Cuauhtémoc, México, DF; o a una delegación Profeco. También existe un boletín *Brújula de compra* dedicado al tema, más reciente (octubre de 2009); teclea "funerarios" en el buscador del sitio de **Profeco** (en la página de internet profeco.gob.mx) y lo obtienes, junto con una serie de artículos que contienen recomendaciones de contratación.

En cuanto a los contratos de adhesión, te informamos que no existe un "formato" único para una clase de servicio. Cada proveedor elabora su propio modelo de contrato de adhesión, el cual es aprobado por **Profeco** e inscrito en el Registro Público de Contratos de Adhesión, siempre y cuando no implique prestaciones desproporcionadas a cargo de los consumidores u obligaciones abusivas. Si eres un consumidor y deseas conocer el modelo de contrato de adhesión de un proveedor específico, consulta el

OJO: las cartas que envíes a la **Revista del Consumidor** implican tu consentimiento para que sean editadas y publicadas.

Tus datos personales quedan protegidos conforme a los lineamientos emitidos por el IFAI (Instituto Federal de Acceso a la Información Pública). No olvides incluir tu nombre completo y una dirección o número telefónico donde podamos contactarte.

Esta sección es un espacio para que los consumidores compartan sus experiencias. La **Revista del Consumidor** no tiene la facultad legal para intervenir en la solución de los problemas que se plantean, pero sí para brindar a los lectores la asesoría necesaria para que, a través de las instituciones correspondientes, resuelvan sus conflictos con proveedores y prestadores de servicios.

Buró Comercial de Profeco en línea (burocomercial.profeco.gob.mx). Si eres proveedor y deseas registrar el contrato, puedes hacerlo a través de internet en el sitio de Contratos de adhesión (rcal.profeco.gob.mx). Es importante que sepas que hay normas oficiales mexicanas que obligan a ciertos prestadores de servicios, como los funerarios, a registrar su contrato de adhesión ante **Profeco.**

¿Tienes más dudas? Comunícate al Teléfono del Consumidor: 5568 8722 en el Distrito Federal y zona metropolitana; 01 800 468 8722, larga distancia sin costo desde el resto del país.

AHÍ VIENE LA PLAGA

¿Pueden publicar una Tecnología Doméstica Profeco de insecticidas? Y algo sobre los proveedores que dan el mejor servicio de control de plagas.

—María Luisa Colín

De hecho, ¡ya publicamos esa tecnología! Fue en enero de 2009; se trata de un insecticida ecológico, cuyos ingredientes básicos son el tabaco y las semillas secas de neem (un árbol originario de la India), que no son nada difíciles de encontrar en tiendas de herbolaria. Puedes consultar esa edición de la revista (la número 383) en el Cedoc (como mencionamos en la carta anterior) o bien, acude a la delegación Profeco más cercana a tu localidad (en la página 79 puedes consultar la ubicación de todas las delegaciones del país).

Te damos otra opción: visita la **Revista del Consumidor** en línea (revistadelconsumidor.gob.mx) y teclea en el buscador la palabra "insecticida". Uno de los resultados de búsqueda que aparecerá es "Las 10 Tecnologías Domésticas Profeco más populares del año", donde está el insecticida, como artículo descargable y video que te enseña el procedimiento de fabricación.

Hay más: también tenemos una Radiografía de los servicios de fumigación, publicada en septiembre de 2009. En ella recopilamos información de decenas de empresas que prestan este servicio en el Distrito Federal, Jalisco y Nuevo León. Puedes recuperarla en la revista de papel o teclear "plagas" en el buscador de nuestro sitio de internet.

EN ESTADO DE ALERTA

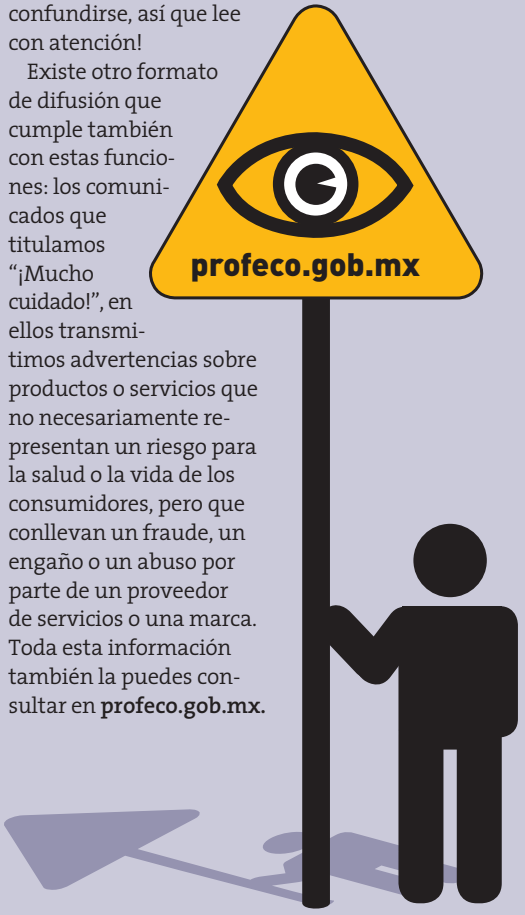
En alguno de sus números anteriores apareció una nota relacionada con las fallas que están teniendo las unidades Equinox de la compañía automotriz Chevrolet. Me urge saber de qué se trata. ¿Cómo puedo conocer información de productos riesgosos?

—Juan Manuel Rodríguez

En realidad, no existe ni ha sido publicada ninguna Alerta al consumidor sobre el modelo Equinox de Chevrolet, en México... Lo cual nos da pie para explicar lo que son, en general, las alertas. De esta manera nombramos al formato de difusión que cumple con el fin (y la misión) de comunicar y advertir a los consumidores sobre los riesgos que presentan productos que ponen en peligro su vida, su salud o su integridad física. Las Alertas se publican en la página principal de profeco.gob.mx y a veces también en la **Revista del Consumidor.**

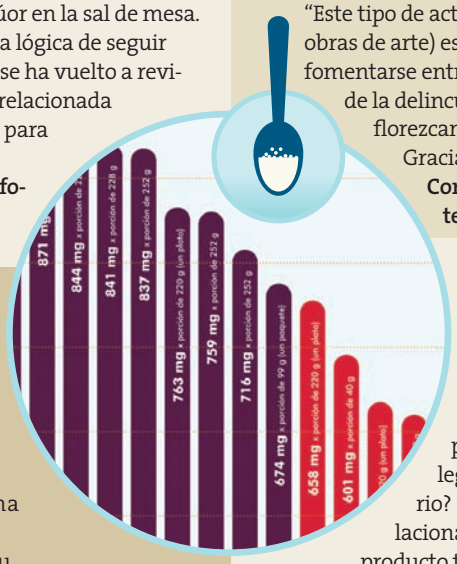
En cuanto a las alertas por llamado a revisión de vehículos que han sido publicadas, puedes consultar en el sitio de **Profeco** la tabla que concentra la información, pues es mucha y se actualiza constantemente. Por ejemplo, hasta el 28 de junio había ya 49 modelos involucrados, pertenecientes a siete marcas de vehículos. ¡Es fácil confundirse, así que lee con atención!

Existe otro formato de difusión que cumple también con estas funciones: los comunicados que titulamos "¡Mucho cuidado!", en ellos transmitimos advertencias sobre productos o servicios que no necesariamente representan un riesgo para la salud o la vida de los consumidores, pero que conllevan un fraude, un engaño o un abuso por parte de un proveedor de servicios o una marca. Toda esta información también la puedes consultar en **profeco.gob.mx.**



¡MÁS CHARLA EN REVISTADELCONSUMIDOR.GOB.MX!

"No comentan nada sobre la inclusión de flúor en la sal de mesa. Vale la pena que hagan una revisión sobre la lógica de seguir agregando este producto. Parece ser que no se ha vuelto a revisar. El inicio de la inclusión del flúor estuvo relacionada con la industria del aluminio y su dificultad para deshacerse de sus detritos."
Comentario de Dolores Vicencio al post "Infografía: la escala del sodio en productos de supermercado"



"La propina es una 'regla social', no una obligación. Por ejemplo, en Japón se considera una falta de respecto hacia el mesero dejar propina y ojo, como dicen, no tiene que ver con un servicio de calidad en ese caso. Incluso, si yo realizo un trabajo contable en una empresa, ésta no me va a dar una propina porque hice el trabajo con calidad... Estoy a favor de la propina, pero no de su carácter obligatorio."
Comentario de Dingo 73 al post "¿Te exigieron pagar propina?"

"Este tipo de actividad (la reutilización de basura para crear obras de arte) es una de las muchas actividades que deben fomentarse entre los jóvenes para alejarlos de las drogas y de la delincuencia. Crear los espacios para que las artes florezcan debe ser prioritario para todos nosotros. Gracias por difundirlo."
Comentario de Gilberto al post "Junk Kunks: tenis sustentables"

"El Kinect, (*un nuevo dispositivo para la consola Xbox 360*) ¿tendrá la opción de adaptarse al usuario con sobrepeso, con lesiones musculares o con cierta estructura ósea? ¿Advertirá el fabricante que no se hará responsable por lesiones provocadas por el juego para deslindarse de demandas legales cediendo la responsabilidad al usuario? Si se involucran aspectos personalizados relacionados con la mejora de salud, el nuevo producto tendrá mejor aceptación y mayor rango de edad de usuarios. Esperemos que sea adaptable."
Comentario de Nonino al post "Kinect: la extinción de los controles y los cables"

SAR-TEL
Centro de Atención Telefónica del SAR

Aclara tus dudas sobre el Sistema de Ahorro para el Retiro

Te daremos orientación y asesoría sobre:

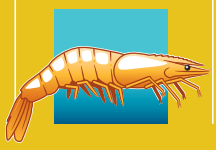
- El **Sistema de Ahorro para el Retiro**
- Rendimientos (ganancias) que otorgan las **AFORES**
- **Saber en qué AFORE se encuentra tu Cuenta Individual**
  (Para este punto es necesario que tengas a la mano tu número de Afiliación al IMSS, que puedes consultar en la hoja rosa, credencial azul y blanca, o directamente en la empresa donde laboras).
- Saber qué hacer en caso de que no llegue tu estado de cuenta
- Tipos de Retiros Parciales
- Quejas ante CONDUSEF
- Localización de la Cuenta ISSSTE (A través de un asesor por medio de la CURP)
- Transferencia a PENSIONISSSTE

Teléfono :
01 800 50-00 747

Horario de Atención

Asesoría personalizada de Lunes a Viernes de 8:00 a 22:00 hrs.
Sábados y Domingos de 9:00 a 18:00 hrs.
Servicio automático de localización de tu Cuenta Individual las 24 hrs. del día, los 365 días del año.

CONTENIDO NETO



El camarón: del mar al coctel
pág. 10

¿En qué gastan los jóvenes?
pág. 14

Así han cambiado las PC
pág. 18

Foto LatinStock

Más de cuatro millones de niños mexicanos sufren de sobrepeso: la Secretaría de Salud espera revertir esto al retirar productos chatarra de las escuelas.

La educación de un refresco

Los niños mexicanos están gordos. Es un hecho innegable que la Secretaría de Salud busca atender de forma inmediata. La obesidad infantil ha aumentado 43% en los últimos cuatro años, y uno de cada cuatro niños la padece. El objetivo principal es eliminar los azúcares y las grasas de la alimentación de los infantes. Por eso, los refrescos serán los primeros en irse de las escuelas primarias y secundarias del país. Pepsico, en un acto de buena voluntad, será el primero en retirar todos sus refrescos con edulcorantes y jugos de frutas con azúcares añadidos a partir del 1 de enero de 2011. La campaña de Pepsico es global y buscará estar fuera de todas las aulas del mundo en tres años.

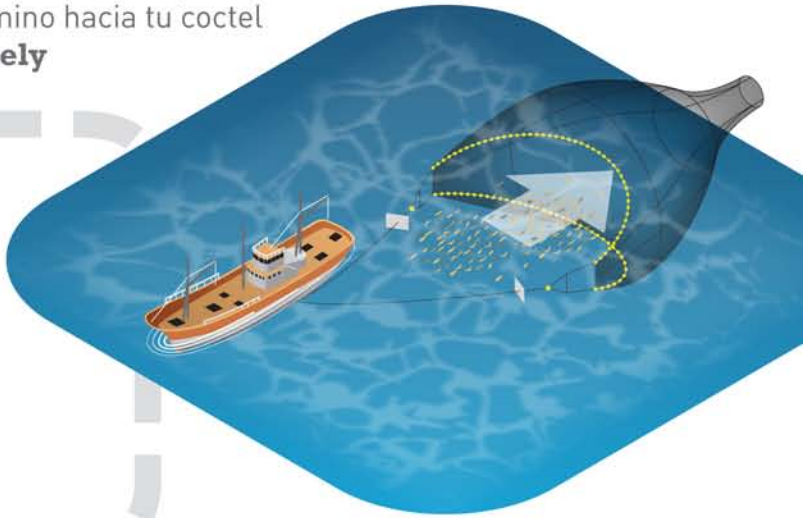
Coca-Cola también retirará sus productos más calóricos, y antes de que finalice 2013, todos los refrescos y los productos considerados "chatarra", se dejarán de vender en escuelas. "Aquellos alimentos que tengan una densidad energética mayor de 450 calorías por 100 gramos, no van a estar", señaló José Ángel Córdova Villalobos, secretario de Salud. Esto podría dejar las cooperativas vacías: 80%de los alimentos que se consumen en los centros educativos son industrializados. Claro, lo anterior representa una oportunidad para las refresqueras, ya que sus líneas de productos bajos en calorías, como aguas, jugos y leches de soya, han crecido mucho en los últimos años. Así, todos ganan.

La odisea de tu crustáceo favorito

La ruta del camarón

México ocupa el lugar número nueve en la producción del camarón. De todo el que se vende, el 66% es de granja y el 34% silvestre, pescado en altamar y en bahías. No importa el origen, el camino hacia tu coctel "vuelve a la vida" es el mismo. **Por Ágata Székely**

1 Pesca o cría



En altamar, un barco camaronero puede permanecer hasta dos semanas o 20 días, de acuerdo con la operación del equipo, el estado del clima, su capacidad de almacenaje y la suerte que tengan los pescadores. Existen naves que pueden albergar desde 4 hasta 12 o 15 toneladas de estos crustáceos. En una marea, un barco puede no pescar nada o también llenar de una sola vez sus bodegas y almacenes.

Para producir el camarón de granja, en cambio, los estanques se preparan, secan, limpian, desinfectan y se llenan. Luego se estabiliza el cuerpo de agua y se introducen las postlarvas –que serían camarones "entre niños y preadolescentes"– a los que hay que alimentar y monitorear de manera continua.

2 La cosecha

En el caso del crustáceo de cría, el tiempo de la cosecha dependerá de la talla de camarón que el productor desee obtener. Por ejemplo, si las condiciones del clima, la sanidad del agua y el manejo y nutrición son adecuados, un camarón de 10 gramos puede demorar entre 80 y 90 días en crecer, o tal vez 100. Si se trata de tamaños mayores (unos 15 o 16 gramos), su desarrollo puede demorar seis o siete meses.

3 Breve transporte

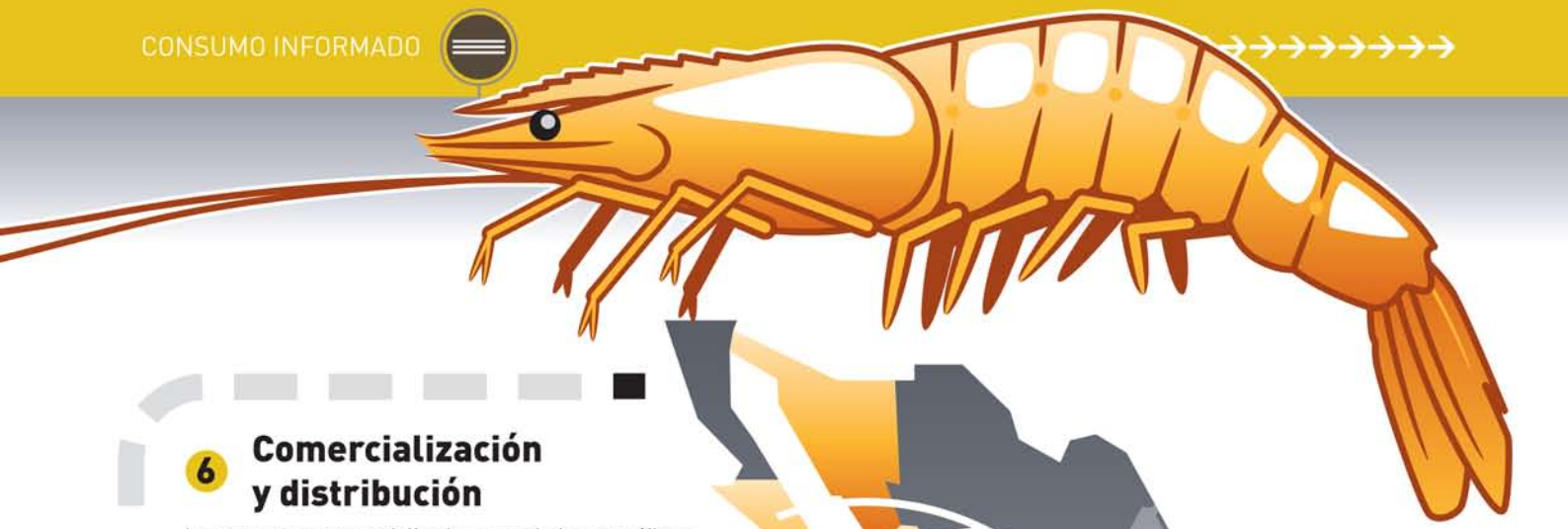
Apenas se sacan del mar o del estanque, los camarones se transportan en agua con hielos a las plantas de proceso. En general, éstas se ubican muy cerca del puerto o las granjas, a menos de tres horas de distancia.

4 Selección

Habitualmente, el camarón se clasifica por tallas, basado en el número de camarones que caben en una libra. También se separan por calidades, con o sin cabeza y cáscara, cocidos, con funda o en cofre, y en el caso de los camarones de altamar y ribera, por especie, entre otras especificaciones.

5 Almacenaje

Luego de que se les procesó según las instrucciones de los clientes, los camarones se almacenan en una bodega, congelados. Pueden tardar en venderse desde una semana hasta seis u ocho meses, dependiendo de las variables del mercado. "Sin embargo, los productos que se encuentran en las góndolas y pescaderías mantienen su frescura inicial", aclara el ingeniero Manuel Montes Díaz, director del Consejo Mexicano de Promoción de los Productos Pesqueros y Acuícolas A.C. "La congelación y la red de frío desde su captura preserva su calidad", remarca.



6 Comercialización y distribución

Las empresas comercializadoras trasladan en tráileres los camarones congelados, y los conducen hasta las sedes de sus clientes de las grandes ciudades como el Distrito Federal, Monterrey y Guadalajara. Las compañías exportadoras los trasladan en camiones iguales, directamente a los Estados Unidos, donde se almacenarán en otras bodegas que a su vez los repartirán en ese país. Las distribuidoras llevan los cargamentos a los depósitos de los grandes supermercados y también a las centrales de abasto de cada ciudad. Los dueños de puestos de los tianguis, mercados más pequeños, y los encargados de compras de los restaurantes, van a comprar allí lo que cocinarán o venderán en el día, o la semana. Según el empresario camaronero Óscar Valdez, dueño de la Pesquera Dely de Sonora, de acuerdo con el número de manos que intervengan en el proceso, el camarón aumentará su precio desde que es capturado hasta su venta, en un 40%.

EL COSTO ECOLÓGICO

Aunque en una primera lectura podría pensarse que el consumo del camarón criado en granjas es más sostenible para el medio ambiente que el del que se pesca en el mar, algunos grupos ecologistas están en desacuerdo. Sucede que para establecer los estanques donde los crustáceos se crían, muchas veces es preciso desmontar grandes superficies de manglares, donde habita fauna propia de las lagunas tropicales de la costa. Además, para su desarrollo se utilizan notorias cantidades de agua salobre, que usualmente se vuelca, con desechos, en las lagunas.

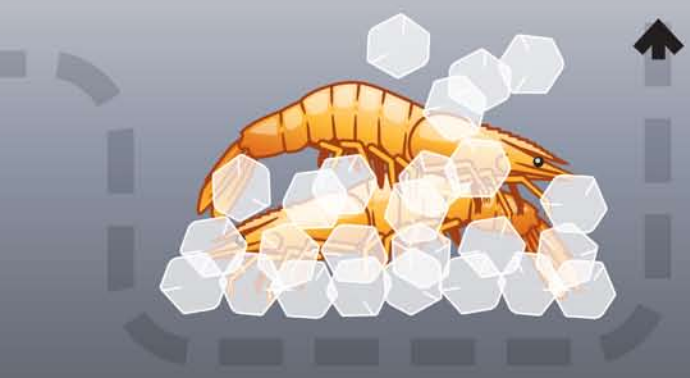
EL ASUNTO DEL PRECIO

En las centrales de abasto de México, un kilo de camarón chico con cabeza y cáscara puede costar desde 68 pesos el kilo, el kilo de mediano pelado unos 100 pesos, y el kilo de grande, sin cáscara, alrededor de 192 pesos. El kilo de camarón para coctel cuesta entre 60 pesos y 90 pesos, según el origen. El camarón de pacotilla, unos 120 pesos.

**Precios promedio al 1 de julio de 2010,*

Fuentes *SNIIM-Secretaría de Economía, México. Análisis y Presentación: SIAP, Servicio de Información Agroalimentaria y Pesquera, Sagarpa.*

Gráfico Francisco González y García



CAMARÓN PELADO EN NÚMEROS

En el país se producen al año

196 mil

toneladas de camarón entero.

La actividad camaronera en conjunto sostiene

225 mil empleos

GENERA **359** millones de dólares en divisas y **8 mil 278** millones de pesos en valor a nivel del productor primario.

SONORA ES EL ESTADO QUE MÁS CAMARONES PRODUCE

con más de 81 mil toneladas al año

Consumo a bocados

FUMAR DARÁ MIEDO

Septiembre 25. Esa es la fecha límite para que la industria tabacalera le dé un giro radical al diseño de las cajetillas de cigarros que se venden en nuestro país. A partir de esa fecha las cajetillas deberán mostrar leyendas e imágenes de advertencia que señalen los efectos nocivos del tabaco. Fotografías explícitas de daños como cáncer de boca, insuficiencia respiratoria y abortos serán la nueva forma de persuadir a los fumadores para que abandonen ese hábito. Y esta medida no es nueva: en 2005, la Comisión Europea aprobó 42 imágenes impactantes: un tumor en carne viva en el cuello, un pulmón destrozado por el cáncer, una dentadura podrida... todo un catálogo del horror. Su efectividad provocó que varios países obligaran a las tabacaleras a poner estás imágenes en sus cajetillas. 27 naciones de la Unión Europea ya las utilizan. En México, por ley, las nuevas leyendas e imágenes ocuparán el 30% del frente de la cajetilla, el 100% de la parte posterior y el 100% de uno de sus lados.

Fuentes Conadic, *El País*

> “La compra y el anhelo de compra se han convertido en el don para reflejarse en el espejo del prestigio íntimo, y, en el juego donde las imágenes son lo esencial, lo que se alaba es la creencia al consumo.”
>
> ***–Carlos Monsiváis (1938-2010),* Los rituales del caos, *Ediciones Era, 1995.***

¿Cuánto vale “Un día en la vida”?

La casa de subastas Sotheby's sí que lo sabe (y le sacó el mayor provecho que pudo): una hoja escrita a mano por John Lennon con la letra de la canción “A Day in the Life”, que formó parte del legendario disco *Sgt. Pepper's Lonely Hearts Club Band* de The Beatles, fue vendida por Sotheby's en la sorprendente cantidad de 1.2 millones de dólares. Sin embargo, y a pesar de que “A Day in the Life” es considerada una de las mejores canciones de todos los tiempos, (está ubicada en el lugar 26 de las 500 mejores canciones de la historia por la revista *Rolling Stone)*, no pudo superar al manuscrito de “All You Need is Love” que fue vendido por 1.25 millones de dólares en 2005.

Fuente *Rolling Stone*

Celular a la mexicana

Entre *4 y 5 celulares* ha tenido el usuario mexicano promedio.

42% de los usuarios piensa reemplazar su teléfono en los próximos seis meses.

58% de las personas prefiere mandar mensajes personales vía SMS, 15% lo hace vía e-mail y 11% por chat desde su celular.

48% de los usuarios se conectan a internet con su teléfono, *23% lo hace a redes sociales.*

Sólo 8% de los usuarios de celular mexicanos tiene un smartphone.

Fuente Estudio Global Telecoms Insights 2010 de TNS Global.

Los 10 mejores videojuegos de los

“Los títulos más aclamados de la era moderna no estarían aquí si no fuera por los esfuerzos pioneros de estos diez juegos, por lo que vale la pena desempolvar cada uno y volver a jugarlo para recordar lo lejos que hemos llegado”, comentó Scout Steimbreg, director de tecnología y videojuegos de la empresa consultora TechSavy Global y fundador de la revista *GameExec*, al sugerir los 10 mejores videojuegos de la última década. Esta es la lista, ámala u ódiala:

The Sims *(Maxis/EA, PC, 2000).*

1

2

BioShock *(2K Games, PC/PS3/360, 2007).*

Otro premio para Mitz

Seguro ya has escuhado de Mitz ("Para ti", en nahuatl), la organización civil mexicana que encontró en el reciclaje de desperdicios una fórmula millonaria que destina el 100% de sus utilidades a otorgar becas educativas. Bueno, pues la novedad esta vez es que la Fundación Mitz y sus bolsas, agendas, cinturones y accesorios hechos con envolturas recicladas, fueron seleccionados como el "Mejor proyecto de reciclaje de residuos industriales" dentro de los Premios Internacionales de Energía Global que otorgaron, hace unas semanas, la Organización de Energía Global y el Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente. Si quieres saber más sobre este esfuerzo sin igual entra a mitzbag.com.

El WiFi vs. el café

A partir del mes pasado, Starbucks ofrece a sus clientes en Estados Unidos internet ilimitado. Uno de los objetivos de la empresa, que ya ofrecía WiFi gratuito pero sólo por dos horas, es convertirse en una oficina ambulante para aquéllos que, debido a la crisis económica, han perdido su empleo o tienen que trabajar por su cuenta. ¿Acaso Starbucks estará feliz de recibir a clientes que se pasen horas sentados sin consumir nada más que una taza de café? De ningúna manera. Starbucks, de acuerdo con la BBC, se alió con proveedores de contenido digital para que los consumidores compren canciones o navegen en ciertas páginas marcadas mientras disfrutan de su bebida. **Fuente** BBC

Las mujeres mandan

Su poder de consumo es tanto y tan creciente, que ya se estima que tienen en sus manos un potencial económico tan grande como el de China e India juntas. Estos son algunos datos que nos dan una idea de por dónde avanza la segunda revolución femenina:

65% *Porcentaje de las compras mundiales que es controlado por las mujeres.*

58% *Porcentaje de las compras en México que son dirigidas por ellas.*

80% *... del gasto que realizan los estadunidenses es controlado por las mujeres.*

50% *... de los compradores de iPhone en el mundo son mujeres. El año pasado apenas representaban el 25%.*

Fuente *El País*

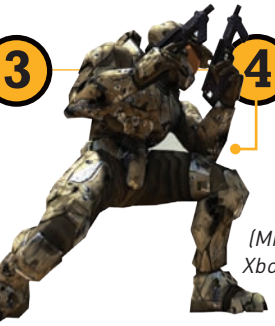
"Sólo evita sujetarlo de esa forma."

—Steve Jobs, director de Apple, en respuesta a un usuario que se quejaba de que la recepción de su nuevo iPhone 4 era defectuosa. Jobs no cree que se trate de un problema de diseño de su aparato, sino que es culpa de los usuarios que no lo saben tomar de forma adecuada.

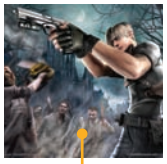
2000

Fuente CNN

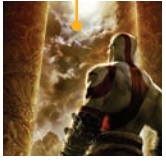
3 **Grand Theft Auto III** *(Rockstar Games, PC/PS2, 2001).*



4 **Halo** *(Microsoft, Xbox, 2001)*



5 **God of War** *(Sony, PlayStation2, 2005).*

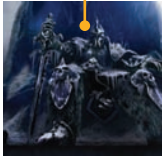


6 **Resident Evil 4** *(Capcom, GameCube/PS2/PC/Wii, 2005).*

7 **The Elder Scrolls IV: Oblivion** *(Bethesda Game Studios, PC/PS3/360, 2006).*

8 **Guitar Hero** *(RedOctane, PlayStation2, 2005).*

9 **Shadow of the Colossus** *(Sony, PlayStation2, 2005).*



10 **World of Warcraft** *(Blizzard, PC, 2004).*

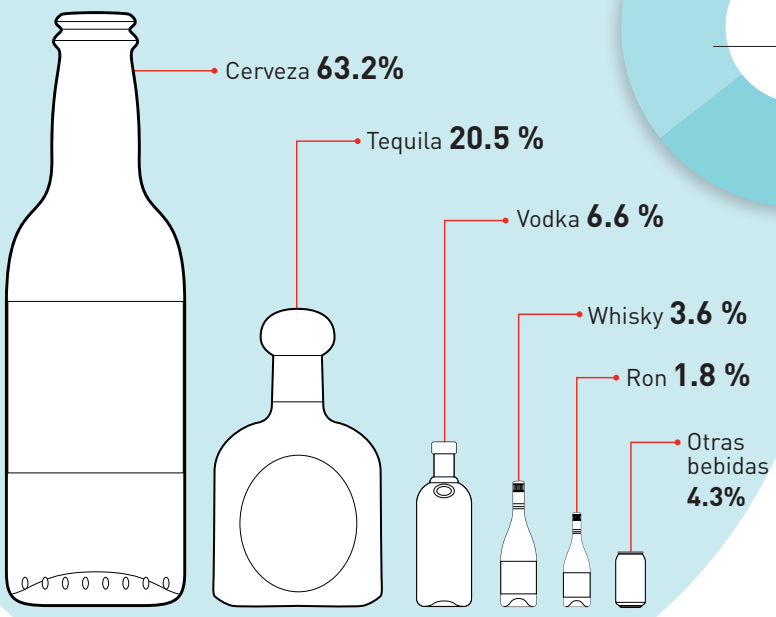
A golpe de cifra

El elixir de la juventud

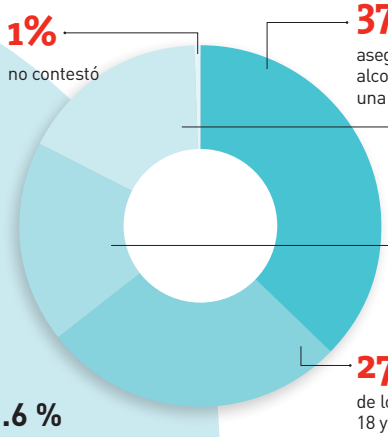
La juventud tiene un ingrediente irrenunciable: el consumo (que no asegura la mocedad eterna, pero vaya que la insinúa). Este 12 de agosto, Día Internacional de la Juventud, te damos algunas pistas de en qué gastan los jóvenes su dinero.

"Una no es ninguna..."

Top 5. Sus bebidas alcohólicas favoritas



Fuente Consulta Mitofsky



1% no contestó

37% asegura probar bebidas alcohólicas menos de una vez al mes.

17% dice beber una vez al mes

18% nunca bebe

27% de los jóvenes entre 18 y 29 años consume alcohol cuatro veces por mes.

31% de los jóvenes dice tomar seis o más cervezas cuando acude a una fiesta en la que se siente muy cómodo.

Casi 7 de cada 10 jóvenes mexicanos son usuarios de internet.

34% de los jóvenes nacionales entre 21 y 30 años usa Facebook como su red social principal.

5% Porcentaje que dice usar Twitter como red social principal.

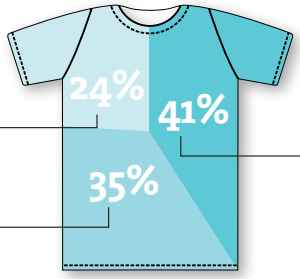
71% de ellos ve publicidad en la red y participa en promociones.

39% es la prevalencia del uso de anticonceptivos de las adolescentes de 15 a 19 años.

58% de los jóvenes entre 20 y 24 años usa métodos anticonceptivos.

Fuentes AMIPCI, CIU, IAB México, Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica.

Costura nacional



Prefiere ropa hecha en el extranjero.

Dice ser neutro en este aspecto.

De los mexicanos entre 15 y 19 años prefiere comprar ropa hecha en nuestro país.

Los jóvenes entre 15 y 19 años gastan **45%** de su dinero en ropa.

Fuente Fundación Creafutur

Marcas adolescentes

Sus ideas pueden estar hechas un crucigrama, pero los adolescentes entre 11 y 19 años de distintas partes del mundo se han puesto de acuerdo en algunas cosas:

Sus 3 marcas globales preferidas

1. Coca-Cola
2. Nike
3. Adidas

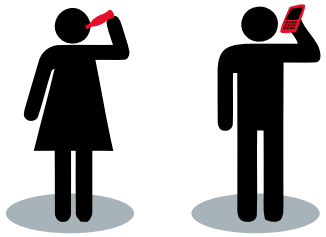
Sus 5 marcas de celulares favoritas

1. Nokia
2. Sony Ericsson
3. Samsung Electronics
4. LG Electronics
5. Apple

6 de cada 10 adolescentes mexicanos entre 15 y 19 años afirman que sólo compran productos de marca conocida.

Sus 3 bandas favoritas

Ellas	Ellos
Jonas Brothers	Linkin Park
Lady Gaga	Daddy Yankee
Paramore	Jonas Brothers



Fuente tru-insight.com, The Global Habbo Youth Survey 2009

GanarSalud
La revista que **te cuida**

85 Suplemento

Daños solares en la piel

Si bien a casi todos nos gusta el bronceado en vacaciones, hay que considerar que no significa buena salud y que, por el contrario, puede ser la base para desencadenar problemas a corto y largo plazo en la piel, por ello presentamos algunas consideraciones.

Ganar Salud 55

suscríbete

Aprovecha la **suscripción anual** y obtén **dos meses más ¡Gratis!**
Sólo **$300**

GanarSalud
La revista que **te cuida**

Pediatría • Adolescentes • Salud para Él y Ella • En Plenitud • Nutrición
Salud Mental • Sexualidad • Del Siglo XXI • Medicina del Deporte y **¡Mucho Más!**

¡Suscríbete ya!: 5515 3825 ó 5515 3818, suscribete@ganarsalud.com

Mito urbano: contestar mensajes sale caro

SALIÓ RESPONDÓN

Según un e-mail, que alguien bien listo y acomedido creó, las telefónicas tienen una forma secreta de estafarte: por responder un mensaje de texto que proviene de una compañía diferente a la tuya, te cobran cuatro veces más. ¿Será?

El mencionado correo dice: "Pasa que cuando uno aprieta 'responder' desde el SMS que te mandó una persona que está en otra compañía, estás usando el servidor de tu remitente. Entonces, en vez de pagar 80 centavos, pagas entre 2 y 4 pesos". La gran solución, explica el e-mail, es conocer a qué empresa pertenecen los celulares de cada uno de tus contactos (Iusacell, Telefónica Movistar, Telcel), y si es diferente a tu compañía, lo mejor es crear un mensaje nuevo y no responder desde el que te mandaron.

Para saber si semejante revelación es cierta, tenemos que remontarnos al lejano 2001, cuando el servicio de mensajes instantáneos iniciaba. En aquel entonces, y así fue hasta finales de 2003, las redes de los distintos operadores no estaban interconectadas, lo que (aunado a la reciente introducción de este servicio), provocaba que el volumen de tráfico fuese muy pequeño: en promedio, cada línea móvil existente enviaba un SMS cada 7 días.

"Sin embargo, cuando fue posible la interconexión de mensajes entre operadores, se detonó el *boom* por el servicio", explica Ernesto Piedras, de la agencia de investigación *Competitive Intelligence Unit*. Desde 2004, cuando se tomó la decisión regulatoria de interconectar las distintas redes celulares, se dio la pauta para que el número de mensajes escritos intercambiados en la red aumentará explosivamente, cerca de 20 veces.

Una para todos...

La explicación anterior es importante porque en la interconexión de las redes está el *quid* del asunto: tanto las llamadas como los mensajes viajan por redes, y cada SMS llega a centros de mensajes que comparten las empresas de telefonía y que funcionan como distribuidores. Todos los operadores pagan por su uso. No existen esos supuestos "servidores" cuyo "abordaje" implica un costo radicalmente diferente. A fin de cuentas, todos los mensajes se difunden por la misma red.

Araceli Ruiz Vázquez, de Telcel, reafirma: "Todos los mensajes escritos enviados (en el Plan Sistema Amigo) cuestan 88 centavos, impuestos incluidos y sin importar si son nuevos o son en respuesta a un mensaje previo".

Iusacell confirma que las empresas de telefonía comparten centros de mensajes, al igual que las redes, de modo que no hay razón para hacer un cobro distinto al ya estipulado. Así que no te preocupes por responder desde un mensaje que te enviaron o escribir uno nuevo: cuestan lo mismo. ***—Alejandra Sánchez***

→DIFUNDIR EL MENSAJE

Algunas razones por las que los mensajes pueden tener un costo diferente son las siguientes:

1 Los cobros que se generan por el uso de celular en el extranjero son independientes a los planes, servicios adicionales y paquetes contratados a nivel nacional.

2 Cuando excedes el número de caracteres permitido por tu compañía, el mensaje se envía en dos partes, por lo que cuenta como dos mensajes.

3 Considera que si un mensaje cuesta en promedio 88 centavos, y envías unos seis mensajes, a fin de cuentas gastarás lo mismo que si hubieras hecho una llamada.

4 Los SMS (mensajes de texto) tienen un precio distinto a los MMS (multimedia). Estos últimos incluyen imágenes, fotos, texto y música, por lo tanto cuestan más que un SMS.

5 Lee tu contrato antes de firmar, para que conozcas el número de mensajes a los que tienes derecho, de acuerdo con el plan que elijas.

En sintonía con el consumo inteligente

Escúchanos con atención...

REVISTA DEL
CONSUMIDOR
RADIO

en

abc
Radio 760 AM
¡Comunicación con sentido!

Todos los martes de 20:00 a 20:30 h, por el 760 AM de tu radio, tienes una cita con Fernanda Tapia y sus especialistas invitados. Conoce, de manera ágil y amena, los secretos del consumo inteligente y las estrategias para tener una economía familiar sana.

¡El consumo inteligente está cada vez más cerca de ti, sólo nos tienes que sintonizar!

Recuerda: la Revista del Consumidor Radio llega a ABC, todos los martes a las 20:00 h, en el 760 AM.

La evolución de la PC

Los primeros procesadores electrónicos ocupaban habitaciones enteras. ¿Cómo es que llegaron a ser las pequeñas y cómodas computadoras que ahora caben en cualquier escritorio? Te ponemos en contexto de cuánto han avanzado los ordenadores personales. **Por Alejandro García**

Película más taquillera

Evento

1982

La Commodore 64, con sonido y gráficos, supera en ventas a cualquier otra máquina en el mercado. Durante su vida vende 30 millones de unidades.

- *ET*, de Steven Spielberg

- Michael Jackson lanza *Thriller*, el disco más vendido de la historia.

1983

Compaq lanza una PC con un estándar independiente a la de IBM.

- *Star Wars: Episodio VI - El retorno del Jedi*, de Richard Marquand

- El Nintendo Entertainment System sale a la venta en Japón.

1984

La primera Macintosh tiene mouse y su interfaz es gráfica, ya no por comandos.

- *Indiana Jones y el templo de la perdición*, de Steven Spielberg
- La URSS sabotea los Juegos Olímpicos de Los Ángeles.

1990

Windows 3.0 por fin tiene éxito, después de que IBM y Microsoft dejan de crear computadoras juntos.

- *Ghost, la sombra del amor*, de Jerry Zucker

- McDonald's cruza la barrera socialista y abre un restaurante en Moscú.

1992

El CD-ROM entra a todos los nuevos modelos, haciendo las PC interactivas.

- *Aladino*, de Ron Clement y John Musker
- Juan Pablo II se disculpa con Galileo Galilei.

1993

Intel crea el chip Pentium, que hace mucho más veloces a las computadoras.

- *Jurassic Park*, de Steven Spielberg

- Se firma el Tratado de Libre Comercio entre México, Estados Unidos y Canadá.

1996

40 millones de personas están conectadas a internet.

- *ID4: Día de la independencia*, de Roland Emmerich

- Nace Dolly, la primera oveja clonada de la historia.

2000

- Intel presenta el chip Pentium 4.
- Los internautas crecen hasta alcanzar 400 millones.

- *Misión imposible II*, de John Woo
- El juego *The Sims* sale al mercado.

2001

La Tablet PC (una mezcla de laptop y PDA) de Microsoft, utiliza una pantalla táctil. Su misión: ser más portátil que una laptop.

- *Harry Potter y la piedra filosofal*, de Chris Columbus

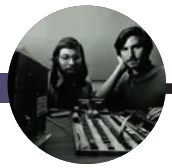
- Internet se llena de conocimiento con el lanzamiento de Wikipedia.

1975

• El modelo 5100 de IBM es la primera computadora totalmente integrada.
• El microprocesador Altair 8800 utiliza por primera vez lenguaje BASIC.

- *Tiburón*, de Steven Spielberg
- Después de 19 años, finaliza la Guerra de Vietnam.

1976



La Apple I es presentada por Steve Wozniak.

- *Rocky*, de John G. Avildsen
- El Concorde realiza su primer vuelo.

1981

La IBM PC tenía 16 KB de memoria. Fue la primera diseñada para que la usara una sola persona.

- *Cazadores del arca perdida*, de Steven Spielberg
- Nace en Chapultepec Tohui, primer panda nacido en cautiverio, fuera de China.

1985

•Commodore lanza la computadora Amiga con un procesador de 16-bit.
•La primera versión de Windows 1.0 es considerada un desastre.

- *Volver al futuro*, de Robert Zemeckis
- El temblor de septiembre en México deja más de 10,000 muertos, según cifras oficiales.

1986

La PC Convertible de IBM es la primera laptop. Pesaba 6 kilos.

- *Top Gun*, de Tony Scott
- México es sede del Mundial de Futbol.

1989

Se venden 120 millones de computadoras en todo el mundo.

- *Indiana Jones y la última cruzada*, de Steven Spielberg
- Cae el muro de Berlín.

1994

•Apple lanza la PowerPC, la computadora más avanzada hasta ese momento.
•Netscape populariza el internet.

1995

Sale al mercado el primer PDA, de Palm. Se convierte en el estándar de todos los asistentes personales digitales.

Windows 95, ayuda a que el número de PC vendidas en el mundo llegue a 250 millones de unidades.

- *El rey león*, de Roger Allers y Rob Minkoff
- Nelson Mandela es elegido como presidente de Sudáfrica.

- *Duro de matar III*, de John McTiernan
- El DVD sale a la venta.

2007

La primera netbook de producción masiva, la Asus Eee PC, se integra al mercado que busca sólo conectividad.

2008

En el mundo hay mil millones de computadoras.

2010

•Apple lanza su tableta iPad.
•Las PC alcanzan su precio más bajo: 520 dólares en en el mercado internacional.

- *Piratas del Caribe: en el fin del mundo*, de Gore Verbinski
- Se publica *Harry Potter y las reliquias de la muerte*, volumen final de la serie.

- *El caballero de la noche*, de Christopher Nolan
- Bill Gates se retira como presidente de Microsoft.

- *Alicia en el país de las maravillas*, de Tim Burton
- Se inaugura el edificio Burj Khalifa, en Dubai, el más grande de la historia.

Lecciones de consumo

¿QUÉ NOS PASA?

La pregunta sigue abierta. A 25 años de su estreno, el programa dirigido por Héctor Suárez es un valioso documento sobre una etapa clave de México y sus habitantes en el umbral de la economía de mercado.

Gráfico Víctor Vélez

Héctor Suárez es heredero del humor en las carpas, y en este año de conmemoraciones la Revolución sale de nuevo a nuestro encuentro cuando revisamos los orígenes de éstas. Durante el conflicto, las grandes salas de espectáculos cerraron sus puertas, los circos soltaron a sus animales porque no tenían dinero para mantenerlos y el cine estaba lejos de convertirse en una atracción masiva. En una entrevista con Waldemar Verdugo Fuentes para la revista *Vogue,* Mario Moreno "Cantinflas" recordaba que en los lotes baldíos de las ciudades mexicanas comenzaron a aparecer carpas hechas con material de demolición y toldos de lona.

Atraído por la música de tambores y trompetas, el público se amontonaba en bancas de madera para ver los números de declamadores, ventrílocuos, vedettes y malabaristas, pero sobre todo para reírse con las rutinas de los cómicos inspiradas en las vivencias cotidianas del pueblo, con una ácida crítica al gobierno. En ese ámbito callejero surgieron grandes figuras de la comedia, como el propio "Cantinflas" y Jesús Martínez "Palillo".

Al menos en la primera parte de su trayectoria éstos asumieron un serio compromiso de crítica social. La materia prima para elaborar sus rutinas fueron sus propias experiencias en la calle. Con la emergencia de la televisión, algunos se insertaron en el *mainstream* y olvidaron su punzante actitud satírica (el caso ejemplar es Cantinflas, con sus odiosos papeles en cintas como *El Profe).* Su tradición se mantuvo viva, sin embargo, en comedias televisivas como *Los Polivoces* (1969-1976) y su galería de tipos populares como "Chano y Chon", "Gordolfo Gelatino", "Jenruchito", los "Hermanos Lelos" y el "Chachalaco", con el ingrediente de humor aportado por el guionista Mauricio Kleiff.

Miembro de la generación posterior, pero inscrito en la misma tradición, el comediante Héctor Suárez (1938-) llegó a convertirse en el más inteligente y divertido observador de la realidad mexicana en las décadas de 1970 y 1980. Educado en la colonia Obrera de la Ciudad de México, parte de su juventud transcurrió entre los personajes que habitan, hasta la fecha, sus calles: el borrachín, el mecánico, la lavandera, el farmacéutico (su padrastro Don Gustavo), la estilista, la verdulera y el vendedor que pregonaba –como el personaje de

¿Qué nos pasa?–: "¡Chicharrón de puerco y puerca!", igualados en la fila de las tortillas o esperando la salida de los incomparables bolillos calientes de la panadería El Sol.

Suárez inició su carrera en el teatro serio y rebuscado de los 70, junto a figuras tan respetables como Héctor Bonilla y Alejandro Jodorowsky. Representó papeles del repertorio clásico, incluyendo obras de Eugène Ionesco y August Strindberg, y fue alumno de Carlos Ancira y Marcel Marceau. Su destino final, sin embargo, fue la comedia de crítica social. Es así como lo hallamos en el elenco de *Mecánica nacional* (Luis Alcoriza, 1972), un vasto fresco costumbrista del México de los 70, y de *México, México Ra Ra Ra* (Gustavo Alatriste, 1976), un conjunto de historias entrelazadas sobre un síntoma de la agonía de la Revolución hecha gobierno: la corrupción.

El diagnóstico de los tiempos

Sólo tomando en cuenta el marco contextual que hemos referido podemos apreciar en su justo valor el programa *¿Qué nos pasa?,* concebido y dirigido por Suárez, cuyo estreno en la televisión mexicana ocurrió en 1985, el año del temblor, de la fractura real y simbólica de México. Protagonizado por el mismo actor y decenas de artistas invitados, consistía en una serie de rutinas desarrolladas por una galería de irritantes personajes carperos. Anticipándose al alud de ensayos y reflexiones políticas que luego trataron de entender lo que le había pasado, lo que le estaba pasando y lo que le iba a pasar a México, el propio nombre del programa revelaba una intención diagnóstica de la realidad nacional y sus males incluyendo, por supuesto, el ámbito del consumo.

El "No hay" y el "Ta difícil" evocan a esos empleados de los años 70 ajenos a las ideas de "calidad en el servicio" y "atención al cliente"; no importa qué se les pida, siempre responderán que "no hay" o que "ta difícil" (pobres, nunca obtendrían la certificación ISO 9000). Vestido de mujer, en el papel de "Doña Soyla", Suárez refleja las fantasías de una clase media aspiracional que intenta redimirse mediante la compra de artículos importados, pero sigue usando chiqueadores de damiana para controlar la cefalea. En un capítulo, después de sobrevivir a una liposucción, Doña Soyla va de *shopping*. Su hijo, un joven Arath de la Torre, le reprocha: "Llevas ocho horas probándote vestidos. Con éste ya van 47". Cuando finalmente se decide por el amarillo y le informan que no hay de su talla, responde: "Pues me llevo tres, para cuando adelgace", antes de colapsarse en un tramafax, especie de soponcio o desmayo potenciado por el climaterio.

El nombre del programa revelaba ya una intención diagnóstica de la realidad, incluyendo, claro, el ámbito del consumo

"El Pachá", con su mal gusto y fantasías de lujo, se queja de que su mujer sólo prepara "frijoles, arroz y huevos" y construye su identidad a base de cadenas de oro y coloridas prendas de terlenka que adquiere en baratas. "El Destroyer" acaba con plantas, casetas telefónicas y, en general, con los bienes materiales que se consideran signos del desarrollo y el progreso. "El Flanagan" representa el consumo cultural como mera adopción de modelos extranjeros: no puede argumentar o defender su forma de vestir o sus gustos musicales y sólo sabe decir: "¡Queremos rock!". En aquellos tiempos de franca incorrección política, el "Negrito Tomás" es un descendiente de africanos reducido a la marginalidad y que sólo puede consumir si le fían la mercancía.

Diversas formas de deshumanización y corrupción permean a todos los personajes de la serie, incluyendo a los prestadores de servicios ineficientes pero ambiciosos, como el burócrata que quiere mordidas y el médico que le exige a su paciente "cuatro radiografías tamaño infantil y cuatro tamaño pasaporte", y a los encargados de un servicio funerario, quienes dan (incluyendo al cura) mayor importancia al partido de futbol que miran en un equipo portátil, que al muerto que están velando.

Todo este desastre social ocurre ante la impotencia, la ignorancia y el cinismo de una clase política parapetada en su retórica verbal. Encarnando a un funcionario gubernamental, Suárez declara: "El sistema también puede ser romántico y ligerito, depende de cómo cada quien lo vea".

Lo que nos pasó

¿Cómo podemos valorar al programa a 25 años de su estreno? ¿Qué fue de sus espectadores y de su país? La apertura económica y los procesos de privatización y desregulación que marcaron la década de 1980 cambiaron absolutamente todo, por supuesto. Se puede decir que todavía no digerimos por completo sus consecuencias. Mencionemos aquí sólo un aspecto: el consumismo tuvo un crecimiento exponencial. En el recuerdo de Henry Davis (recogido en el libro *Wal-Mart México*, Clío, 2008), a la sazón presidente de Cifra, la antecesora de Wal-Mart, después de la apertura "el consumidor deseaba todos los productos [...] Junto a las papas y los jitomates llegaron a venderse palas para mover la nieve [tal vez en Acapulco], refacciones para auto de las más diversas marcas y muchísimas cosas más. [...] En ese entonces se vendieron más de 50 lanchas en un par de meses". Nadie reparaba en que tan sólo unos años antes, podía vivir con los productos básicos que se adquirían en los expendios de la Conasupo parecidos a los centros de racionamiento comunistas: "Ya se sabeee... Ya se supooo... que te compran los calzones en la Conasupooo".

En este cuarto de siglo sin duda perdimos la inocencia y, quizá, parte del sentido del humor, como "El Gruñón", otro de los personajes de *¿Qué nos pasa?,* prototipo del cliente abusivo y maltratador que ningunea a Chayanne, apenas núbil, empleado en un negocio de abarrotes.

Aunque vivimos paso a paso la transformación del país y su modelo económico, la pregunta formulada por Suárez en los años 80 sigue abierta y hoy espera, más que nunca, su respuesta.

—Rafael Muñoz Saldaña

Consumo cultural

El consumo no sólo se ejerce. También se piensa y se reflexiona como parte de nuestra sociedad. Aquí te recomendamos productos culturales que tocan de lleno al mundo del consumo. **Por Ágata Székely**

EL ZEN Y EL ARTE DE CORTAR ZANAHORIAS

Cómo cocinar tu vida
(How to cook your life)
Doris Dörrie, Alemania, 2008
Documental en DVD

La escritora y directora de cine más exitosa de Alemania, Doris Dörrie, filma las clases prácticas de cocina del maestro zen Edward Brown, chef jefe del Centro Buddista Zen de Tassajara, en California. Límpidas, llenas de belleza y sencillez, las imágenes de la naturaleza, la masa del pan, las espinacas recién cortadas, los campos de fresa, las meditaciones y palabras de Brown, van armando un rompecabezas donde es fácil notar cómo los mismos consejos aplican tanto para el cuidado de los alimentos como para el de las personas. La película también ofrece reflexiones sobre las costumbres alimentarias modernas y lo que implican filosóficamente. Inspiración para la salud física y espiritual.

Todo por un liso

Buen Pelo
(Good Hair)
Chris Rock, EU, 2009
Documental en DVD

¿Tendrán el acondicionador y las planchas del cabello algo que ver con la discriminación racial y el comercio internacional? La conexión podría parecer un disparate, pero no lo es. El cómico Chris Rock explora la costumbre de la mayoría de las mujeres afroamericanas de tratarse el pelo para tenerlo liso mediante técnicas que incluyen químicos peligrosos y dolor. Sin ponerse serio ni abandonar la ironía, Rock visita desde las estéticas más pequeñas hasta grandes convenciones de estilistas. ¿A quién benefician las presiones sociales? ¿Qué tipo de trasfondo cultural implica la "obligación" de seguir una estética predominante? *Buen Pelo,* exhibido en el Festival de Sundance, brinda respuestas reveladoras.

¿Qué tal le va a quien cosió tus jeans?

maquilasolidarity.org

En un mundo globalizado, vestimos indumentaria fabricada en lugares lejanos, pero ¿cómo tratan las multinacionales a los trabajadores de la confección? La Red de Solidaridad de la Maquila (RSM) es una organización internacional de derechos laborales que respalda a los empleados dentro de las cadenas de suministros de la moda para asegurar mejores salarios, condiciones de trabajo y calidad de vida. RSM realiza sus actividades en conjunto con otras entidades de México, Centroamérica y Asia. Averigua qué marcas no son tan *cool* como pareciera en sus publicidades.

Dicen por ahí

Rumores
Cass Sunstein
Editorial Debate, 2010

¿Por qué las personas propagan rumores, incluso si son mentiras destructivas o ridículas? El catedrático de la Universidad de Harvard, Cass Sunstein, analiza el alcance y consecuencias de los rumores y cómo éstos influyen en la opinión pública, la política y la toma de decisiones de los ciudadanos. Sunstein busca cómo neutralizar y desactivar las corrientes de desinformación.

$ 250.00

12 NÚMEROS POR EL PRECIO DE 10

SUSCRÍBETE AHORA

SUSCRÍBETE

CORRESPONDENCIA CON PORTE POR COBRAR
SOLAMENTE SERVICIO NACIONAL

REGISTRO POSTAL
RESPUESTAS
RP09-0278
AUTORIZADO
POR SEPOMEX

No necesita estampillas.
Depositar en cualquier buzón

RESPUESTAS A PROMOCIONES COMERCIALES

REVISTA DEL CONSUMIDOR

Administración Postal núm. 40, C. P. 06141, México, D. F.

Renovación de suscripción ●

Suscripción nueva ●

Llenar con letra de molde

Nombre: _____

Dirección: _____

_____

Colonia: _____

Delegación o Municipio: _____

Estado: _____ **C. P.:** _____

Teléfono: _____

Giro inmediato ○ **Tarjeta de crédito** ○

Tarjetas afiliadas a Visa y Mastercard

Núm. de tarjeta: _____

Fecha de vencimiento _____

Por este pagaré me obligo incondicionalmente a pagar a la orden del banco emisor del importe de este título en los términos del contrato suscrito para el uso de esta tarjeta de crédito

F I R M A

Formas de pago

Correo: enviar este cupón con giro inmediato a nombre de la Procuraduría Federal del Consumidor.

Fax: enviar este cupón con sus datos completos y las referencias de su tarjeta de crédito a los teléfonos **5553 0574** o **5516 6612.**

Teléfono: llamar al **01 800 468 8722** lada sin costo desde cualquier otro lugar de la República, para pagos con tarjeta de crédito **Visa** o **Mastercard.**

Tus datos personales quedan protegidos conforme a los lineamientos para la protección de datos personales emitidos por el IFAI (Instituto Federal de Acceso a la Información Pública).

Si no recibe a tiempo su revista, favor de llamar al departamento de suscripciones a los teléfonos: 5516 6612, 5516 6939 y 5516 7296

Lo que debes saber antes de contratar un servicio HD

ALTIBAJOS TÉCNICOS

Cada vez que pasas cerca de los televisores del centro comercial y ves esas imágenes espectaculares, piensas: "ahora sí voy a pagar por canales en alta definición". Pero antes de gastar tu dinero, debes tomar en cuenta algunos detalles...

1

En primer lugar, para ver canales en alta definición necesitas un **televisor adecuado**. Por más que contrates el servicio, tu vieja televisión de rayos catódicos no podrá reproducirlos. Casi todos los receptores nuevos incorporan la tecnología HD (alta definición), pero hay muchas diferencias de precio. Revisa el estudio de calidad de televisores LCD y de plasma que publicamos en la edición 394 (diciembre de 2009).

2

Otro asunto importante con respecto al televisor: fíjate en el **tipo de resolución** que ofrece. Los receptores con resolución 1080i o 1080p son los que permiten una verdadera experiencia HD (la segunda es la mejor). Fíjate que tenga, además, las entradas adecuadas. Si le quieres conectar otros aparatos (como una consola de videojuegos de nueva generación o un teatro en casa), lo preferible es hacerlo a través de un conector HDMI.

3

Aunque hay televisores HD de tamaño pequeño, la gran mayoría mide más de 36 pulgadas, y esto tiene sentido. Ante una mejor calidad de video y audio, **un televisor más grande se ve mucho mejor** que uno más pequeño, el cual no aprovecha del todo la señal. Si te convence una pantalla grande, piensa si tienes espacio para ella.

4

Tal vez parezca atractivo imaginar que tienes todos los canales con una calidad excelente, pero ten en cuenta que **la oferta de estaciones en alta definición aún es muy pequeña en nuestro país.** Cablevisión, por ejemplo, ofrece sólo 21 canales en HD. El resto de las cadenas que contrates tendrán transmisión normal.

5

El codificador. Para poder recibir transmisiones en alta definición, necesitas adquirir (en renta) el decodificador de la señal. Estos aparatos tienen varias ventajas, como una especie de disco duro que te permite grabar programas y servicios multimedia, pero tienen un cargo que no está incluido en el precio al momento de contratar un servicio. La instalación, por ejemplo, tiene costos adicionales que rondan los 600 pesos.

6

El **costo del servicio** de televisión HD es adicional al del paquete de televisión de paga que tengan (puedes contratar ambos al mismo tiempo si no cuentas con ningún servicio). Los canales premium, como HBO o Movie City en HD, se cobran de forma adicional.

7

Los **canales de definición normal** pierden calidad en un televisor de alta definición y pueden llegar a verse pixelados y borrosos, sobre todo si la pantalla es muy grande. Es importante que consideres esto porque la mayoría de los canales de tu paquete se verán así.

8

Material original. Otro problema es que, entre los canales que se ofrecen, muchos transmiten programas que no fueron grabados en HD. ¿De qué te sirve tener el canal *Galavisión* en HD si la mayoría de su programación fue grabada en 1970?

9

Las compañías arman promociones, por lo general, cuando hay un evento que puedan explotar para promover sus productos. El inicio de temporada del futbol americano profesional, por ejemplo, es mejor momento para contratar comparado con el resto del año, ya que es muy probable que los precios sean menores o que te descuenten algún cargo adicional, como la instalación, o que te regalen una extensión para otra tele, algo que de otra forma tiene un costo extra.

PROTEJA $U DINERO

Tu historia cuenta

Si tienes tarjeta de crédito, algún tipo de financiamiento, o has contratado servicios como telefonía celular o televisión de paga, estás en el buró de crédito. Lo importante no es que aparezcas, sino cómo apareces.

Existen muchos mitos alrededor de lo que puede ocurrir si dejas de pagar un crédito. Lo que conocemos como buró de crédito son en realidad Sociedades de Información Crediticia (SIC). Éstas son las encargadas de recopilar información relativa a los créditos que tienes y a la forma en que pagas y manejas tus adeudos. Esta información se entrega a las empresas que otorgan créditos para que decidan si te dan o no un nuevo préstamo.

En nuestro país, tres instituciones se dedican a esta labor: Trans Union, Dun & Bradstreet (que conforman Buró de Crédito) y Círculo de Crédito.

Hay quienes creen que aparecer en el buró de crédito es malo.

Es la forma en la que apareces en lo que debes fijarte. Si pagas puntualmente, tu historial será positivo y tendrás abiertas las puertas para futuros créditos; ocurrirá lo contrario si tienes incumplimientos o pagos impuntuales.

Las SIC sólo pueden dar información sobre una persona en dos casos: cuando ésta solicita su Reporte de Crédito Especial y cuando una empresa otorgante de crédito solicita el Reporte de Crédito de una persona, previa autorización del titular.

Reporte de Crédito Especial

Para conocer tu historial de crédito, consulta tu Reporte de Crédito Especial (RCE). En este documento se presentan los últimos 24 meses de la historia de pago de cada crédito que hayas solicitado. A cada crédito le corresponde una calificación que depende de qué tan cumplido hayas sido para pagar ese préstamo en específico. Tienes derecho a pedir tu RCE de forma gratuita una vez cada 12 meses, siempre y cuando la entrega se realice por correo electrónico, internet o directamente en la oficina de atención a clientes de la SIC.

Algunos mitos que rodean a las sociedades de información crediticia:

El buró de crédito es quien autoriza o rechaza los créditos: Falso. Las SIC sólo proporcionan información sobre los créditos que tienen las personas, sin emitir opinión o juicio alguno. Son las empresas que ofrecen los créditos quienes deciden si los otorgan o no.

¿Estás en el buró? Yo te borro...Falso. Nadie puede borrar información de la base de datos de las SIC. No obstante, la Ley contempla casos en los que se deben eliminar los registros. Si tienes alguna duda o iconformidad con tu Reporte de Crédito Especial puedes contactar a la SIC que lo emitió, así como a Condusef si el crédito lo otorgó una institución financiera, o a Profeco si lo emitió una institución comercial.

SHCP

CONDUSEF

Educación Financiera
Tu ganancia

Del D.F. y área metropolitana
53 400 999
de todo el país
01 800 999 80 80
www.condusef.gob.mx

Comparativo de rendimiento anual de impresoras y multifuncionales

El costo REAL de imprimir

Muy bien, acabas de decidir qué impresora o multifuncional comprarás. Lo que no sabes es cuánto te costará usarla a lo largo de un año, con todo y cartuchos de tinta incluidos. Entérate ahora.

Antes de aventurarnos a hacer una inversión tan significativa como la de una impresora o multifuncional solemos calcular la relación entre su precio, sus atributos y sus capacidades. Sin embargo, otro tipo de información no está tan a la mano: el costo de los consumibles (papel y tinta). ¿Cuánto dinero vamos a gastar en esa impresora al usarla durante un año? El dato resulta importantísimo, pues puede ocurrir que ese aparato que nos parecía una verdadera ganga no sea precisamente rendidor al usar tal o cual cartucho.

Sí, la palabra clave es *rendimiento*. Desde 2006 existe una norma internacional para la medición del rendimiento por página de cartuchos de tinta: la ISO/IEC 24711. En un ambiente controlado, con valores de impresión predeterminados, se imprime un grupo estándar de cinco páginas en formato A4 (8.5" x 11") de manera continua hasta que el cartucho se agote, y así se obtiene el rendimiento. Claro, las condiciones de prueba no reflejan necesariamente la experiencia diaria del usuario; este dato debe tomarse sólo como referencia de comparación.

En todo caso, partimos justo del rendimiento por página para realizar nuestro ejercicio de comparación de costo anual de impresoras y multifuncionales.

Nuestro comparativo

El primer paso fue realizar un inventario de impresoras en cuatro tiendas especializadas (grandes papelerías), tres departamentales y cinco tiendas de autoservicio. Encontramos información de 18 impresoras y 17 multifuncionales, y en ellas basamos nuestro estudio. (Nota: no abarcamos la totalidad de las marcas. Kodak y Lexmark, por ejemplo, fueron excluidas porque no encontramos información sobre el rendimiento de sus productos.)

Definida la muestra, realizamos esta sencilla operación:

Precio promedio de la impresora o multifuncional + Costo por imprimir 2,600 páginas (*Costo del cartucho* ÷ *Rendimiento de páginas por cartucho*) X *2,600* = $ **COSTO TOTAL**

Costo anual más bajo

Lo que descubrimos

1 En efecto, para un solo modelo de impresora o multifuncional puedes usar varios modelos de cartuchos de tinta: el **modelo estándar** y el de **alta capacidad** son las opciones más comunes. Las marcas Canon y HP identifican los cartuchos de alta capacidad con la terminación XL y Epson con la terminación HN.

2 En todos los casos el costo anual es menor al utilizar **los cartuchos de alta capacidad**. Canon obtuvo las mayores diferencias al utilizar este tipo de cartucho: para la Canon Pixma IP 2700, la diferencia entre usar el cartucho estándar y el de alta capacidad (tinta negra) representa un ahorro anual del 61%.

3 Los cartuchos de tinta que publican su rendimiento de páginas en el empaque mismo son muy pocos. ¡Tuvimos que recurrir a los sitios de internet de cada marca para conocerlo! Por cierto: la cantidad de mililitros del cartucho, rasgo que suele especificarse, no es una referencia para determinar su rendimiento.

IMPRESORAS Y CARTUCHO DE TINTA NEGRA

Marca y modelo	Características	Precio promedio	Tinta. Marca y modelo	Cartuchos. Precio promedio	Rendimiento en páginas	Costo por página	Costo por 2,600 páginas al año	Costo anual (impresora + 2,600 páginas impresas)
HP Officejet Pro 8000	Resolución hasta de 4,800 x 1,200 dpi. Impresión: 19 ppm en b/n y 19 ppm en color.	$1,549	**HP 940** HP C4902AL	$460	1,000	$0.46	$1,196	**$2,745**
EPSON Stylus Office T40W	Resolución hasta de 5,760 x 1,440 dpi. Impresión: 38 ppm a color y en b/n.	$1,779	**EPSON 103** T103120	$416	995	$0.42	$1,087	**$2,866**
EPSON Stylus T21	Imprime hasta 26 ppm en b/n y 14 ppm en color. Resolución hasta de 5,760 x 1,440 dpi.	$796	**EPSON 90 90N** T090120	$168	195	$0.87	$2,253	**$3,049**
EPSON Stylus Office T30	Imprime hasta 38 ppm en b/n y 20 ppm en color. Resolución hasta de 5,760 x 1,440 dpi.	$1,139	**EPSON 73 73N** T073120	$189	245	$0.77	$2,007	**$3,146**
			EPSON 73H 73HN T072126	$452	740	$0.61	$1,588	**$2,727**
CANON Pixma iP1300	Resolución: 4,800 X 1,200 dpi. Impresión: 11 ppm en b/n y en color.	$450	**CANON Pixma** PG-40	$412	355	$1.16	$3,019	**$3,469**
CANON Pixma IP 1900	Impresión: 21 ppm en b/n y 17 ppm en color. Resolución hasta de 4,800 x 1,200 dpi.	$476	**CANON Pixma** PG-30	$354	300	$1.18	$3,068	**$3,544**
			CANON Pixma PG-40	$412	400	$1.03	$2,679	**$3,155**
EPSON Stylus Photo T50	Resolución: 5,760 x 1,440 dpi. Impresión: 38 ppm en b/n y en color.	$1,845	**EPSON 82N** T082120	$220	330	$0.67	$1,737	**$3,583**
			EPSON 81N T081120 (Alta capacidad)	$250	540	$0.46	$1,203	**$3,049**
CANON. Pixma IP 4700	Resolución: 9,600 x 2,400 dpi. Impresión: 9.2 ipm (imágenes por minuto) en b/n, y 8.1 ipm, color.	$2,009	**CANON Pixma** PGI-220BK	$237	350	$0.68	$1,760	**$3,769**
CANON. Pixma MP140	Resolución: 4,800 x 1,200 dpi. Impresión y copia: 20 ppm en b/n y 15 ppm en color.	$948	**CANON Pixma** PG-40	$412	355	$1.16	$3,018	**$3,967**
HP Officejet 6000	Impresión: 32 ppm en b/n, 31 ppm en color. Resolución: 4,800 x 1,200 dpi.	$1,692	**HP 920** CD971AL	$388	420	$0.92	$2,401	**$4,094**
			HP 920 XL CD 975 AL	$619	1,200	$0.52	$1,341	**$3,033**
HP DESKJET D2660	Impresión: 28 ppm en b/n, 21 ppm en color. Resolución: 4,800 x 1,200 dpi.	$800	**HP 60** CC640 WL	$256	200	$1.28	$3,327	**$4,127**
			HP60XL CC641 WL	$635	600	$1.06	$2,751	**$3,552**
HP Deskjet D5560	Impresión: 28 ppm en b/n, 21 ppm en color.	$969	**HP 60** CC640 WL	$256	200	$1.28	$3,327	**$4,296**
			HP60XL CC641 WL	$635	600	$1.06	$2,751	**$3,720**
CANON Pixma IP 2700	Resolución hasta de 4,800 x 1,200 dpi. Impresión: 30 ppm en b/n, 17 ppm en color.	$599	**CANON Pixma** PG210	$316	220	$1.44	$3,740	**$4,339**
			CANON Pixma PG210 XL	$322	401	$0.80	$2,092	**$2,691**
EPSON Stylus Office T1110	Impresión: 30 ppm en b/n, 17 ppm en color. Resolución hasta de 5,760 x 1,440 dpi.	$3,489	**EPSON 115 / 115** T115126	$429	790	$0.54	$1,413	**$4,902**
HP Officejet Pro K8600	Impresión: 10 ppm en color, 13 ppm en b/n. Resolución hasta de 4,800 x 1,200 dpi.	$4,539	**HP 88** C9385 AL	$379	820	$0.46	$1,201	**$5,740**
	Impresión: 10 ppm en color, 13 ppm en b/n. Resolución hasta de 4,800 x 1,200 dpi.	$4,539	**HP 88XL** C9396 AL	$662	2,450	$0.27	$702	**$5,241**

Dpi: *"puntos por pulgada", por sus siglas en inglés. Unidad de medida para resoluciones (calidad) de impresión.*

Ppm: *"páginas por minuto". Velocidad de impresión.*

Costo anual más bajo

El costo por página más bajo del comparativo.

IMPRESORAS Y CARTUCHO DE TINTA COLOR

Marca y modelo	Características	Precio promedio	Tinta. Marca y modelo	Cartuchos. Precio promedio	Rendimiento en páginas	Costo por página	Costo por 2,600 páginas al año	Costo anual (impresora + 2,600 páginas impresas)
EPSON Stylus T21	Impresión: hasta de 26 ppm en b/n y 14 ppm, color. Resolución: 5,760 x 1,440 dpi.	$796	**EPSON 73 73N** T073220	$187	425	$0.44	$1,145	**$1,942**
EPSON Stylus Office T30	Impresión: hasta de 38 ppm en b/n y 20 ppm, color. Resolución: 5,760 x 1,440 dpi.	$1,139	**EPSON 73 73N** T073220	$187	370	$0.51	$1,316	**$2,455**
HP Officejet Pro 8000	Impresión: hasta de 19 ppm en b/n y 19 ppm, color. Resolución: 4,800 x 1,200 dpi.	$1,549	**HP 940** C4903AL	$339	900	$0.38	$980	**$2,529**
EPSON Stylus Office T40W	Impresión: 38 ppp a color y en b/n. Resolución: 5,760 x 1,440 dpi.	$1,779	**EPSON 103** T103220	$249	815	$0.31	$795	**$2,574**
EPSON Stylus Photo T50	Impresión: 38 ppm en b/n, 38 ppm, color. Resolución: 5,760 x 1,440 dpi.	$1,845	**EPSON 82 82N** T082220	$231	525	$0.44	$1,144	**$2,989**
EPSON Stylus Office T1110	Impresión: hasta de 30 ppm en negro y 17 ppm, color. Resolución: 5,760 x 1,440 dpi.	$3,489	**EPSON 103** T103220	$249	805	$0.31	$805	**$4,294**
CANON Pixma iP1300	Impresión: 11 ppm en b/n y en color. Resolución: 4,800 x 1,200 dpi.	$450	**CANON Pixma** CL-41	$487	312	$1.56	$4,064	**$4,514**
CANON Pixma IP 2700	Impresión: 30 ppm en b/n, 17 ppm, color. Resolución: 4,800 x 1,200 dpi.	$599	**CANON Pixma** CL-211	$425	244	$1.74	$4,535	**$5,134**
			CANON Pixma CL-211XL	$409	349	$1.17	$3,049	**$3,648**
HP Officejet Pro K8600	Impresión: 10 ppm en color, 13 ppm, b/n. Resolución: 4,800 x 1,200 dpi.	$4,539	**HP 88** C9386 AL	$285	820	$0.35	$906	**$5,445**
HP Deskjet D2660	Impresión: 28 ppm en b/n, 21 ppm en color. Resolución: 4,800 x 1,200 dpi.	$800	**HP 60** CC643 WL	$334	150	$2.23	$5,789	**$6,589**
			HP60XL CC644 WL	$739	440	$1.68	$4,367	**$5,167**
HP Deskjet D5560	Impresión: 28 ppm en b/n, 21 ppm en color.	$969	**HP 60** CC643 WL	$334	150	$2.23	$5,789	**$6,758**
			HP60XL CC644 WL	$739	440	$1.68	$4,366	**$5,335**
CANON Pixma IP 4700	Impresión: 9.2 ipm (imágenes por minuto) en b/n y 8.1 ipm en color. Resolución: 9,600 x 2,400 dpi.	$2,099	**CANON Pixma** CL-211	$425	210	$2.03	$5,270	**$7,369**
			CANON Pixma CL-211XL	$409	349	$1.17	$3,049	**$5,148**
CANON Pixma IP 1900	Impresión: 21 ppm en b/n y 17 ppm, color. Resolución: 4,800 x 1,200 dpi.	$476	**CANON Pixma** CL-41	$487	110	$4.43	$11,526	**$12,003**
CANON Pixma IP 1900	Impresión: 21 ppm en b/n y 17 ppm, color. Resolución: 4,800 x 1,200 dpi.	$476	**CANON Pixma** CL-31 COLOR	$454	85	$5.35	$13,902	**$14,378**

MULTIFUNCIONALES Y CARTUCHO DE TINTA NEGRA

Marca y modelo	Características	Precio promedio	Tinta. Marca y modelo	Cartuchos. Precio promedio	Rendimiento en páginas	Costo por página	Costo por 2,600 páginas al año	Costo anual (impresora + 2,600 páginas impresas)
EPSON Stylus TX210	Impresión: 32 ppm en b/n y 15 ppm, color. Resolución: 5,760 x 1,440 dpi.	$1,290	**EPSON 73 73N** T073120	$189	245	$0.77	$2,007	**$3,298**
			EPSON 73H 73HN T072126	$270	380	$0.71	$1,847	**$3,138**

EPSON Stylus TX100	Impresión: 30 ppm en b/n, 15 ppm en color. Resolución: 5,760 x 1,440 dpi.	$1,399	**EPSON 73 73N** T073120	$189	255	$0.74	$1,928	**$3,327**
EPSON Stylus TX410	Impresión: 34 ppm en b/n, 34 ppm en color. Resolución: 5,760 x 1,440 dpi.	$1,501	**EPSON 73 73N** T073120	$189	245	$0.77	$2,007	**$3,508**
			EPSON 73H 73HN T072126	$270	385	$0.70	$1,823	**$3,324**
EPSON Stylus Office TX300F	Impresión: 31 ppm en b/n, 15 ppm en color. Resolución: 5,760 x 1,440 dpi.	$1,626	**EPSON 73 73N** T073120	$189	260	$0.73	$1,891	**$3,518**
			EPSON 73H 73HN T072126	$270	405	$0.67	$1,733	**$3,359**
CANON Pixma MP 190	Impresión: 19 ppm en b/n, 15 ppm en color. Resolución: 4,800 x 1,200 dpi.	$905	**CANON Pixma** PG-40	$412	400	$1.03	$2,679	**$3,585**
			CANON Pixma PG-30	$354	300	$1.18	$3,068	**$3,973**
EPSON Stylus TX550W	Impresión: 36 ppm en b/n, 36 ppm en color. Resolución: 5,760 x 1,440 dpi.	$2,194	**EPSON 73 73N** T073120	$189	245	$0.77	$2,007	**$4,201**
CANON Pixma MP 250	Impresión: 7 ppm en b/n. 4.8 ppm en color. Resolución: 4,800 x 1,200 dpi.	$1,006	**CANON Pixma** PG210	$316	250	$1.27	$3,291	**$4,297**
			CANON Pixma PG210 XL	$322	400	$0.81	$2,097	**$3,103**
CANON Pixma MX 330	Impresión: 22 ppm en b/n. 17 ppm en color. Resolución: 4,800 x 1,200 dpi.	$1,109	**CANON Pixma** PG210	$316	250	$1.27	$3,291	**$4,400**
			CANON Pixma PG210 XL	$322	400	$0.81	$2,097	**$3,206**
HP Deskjet F4480	Impresión 33 ppm en b/n, 31 ppm a color. Resolución: 4,080 x 1,200 dpi.	$1,091	**HP 60** CC640 WL	$256	200	$1.28	$3,327	**$4,419**
			HP60XL CC641 WL	$635	600	$1.06	$2,751	**$3,843**
HP Photosmart C4680	Impresión: 29 ppp en b/n, 23 ppm a color. Resolución: 4,080 x 1,200 dpi.	$1,502	**HP 60** CC640 WL	$256	200	$1.28	$3,327	**$4,829**
			HP60XL CC641 WL	$635	600	$1.06	$2,751	**$4,253**
CANON Pixma MP 490	Impresión: 8.4 ppm en b/n, 4.8 ppm a color. Resolución: 4,800 x 1,200 dpi.	$1,599	**CANON Pixma** PG210	$316	250	$1.27	$3,291	**$4,890**
			CANON. Pixma PG210 XL	$322	400	$0.81	$2,097	**$3,696**
BROTHER MFC-295CN	Impresión: 33 ppm en b/n, 27 ppm a color. Resolución: 6,000 x 1,200 dpi.	$1,799	**BROTHER** LC 61BK	$563	450	$1.25	$3,257	**$5,056**
EPSON Stylus Photo TX700W	Impresión: 38 ppm en b/n, 38 ppm a color. Resolución: 5,760 x 1,440 dpi.	$3,399	**EPSON 82N** T082120	$220	340	$0.65	$1,686	**$5,085**
			EPSON 81N T081120 (Alta capacidad)	$250	575	$0.43	$1,130	**$4,529**
CANON Pixma MP 240	Impresión: 15 ppm a color. Resolución: 4,800 x 1,200 dpi.	$1,999	**CANON. Pixma** PG210	$316	250	$1.27	$3,291	**$5,290**
			CANON. Pixma PG210 XL	$322	400	$0.81	$2,097	**$4,096**
BROTHER DCP-585W	Impresión: 33 ppm en b/n, 27 ppm a color. Resolución: 6,000 x 1,200 dpi.	$2,399	**BROTHER** LC 61BK	$563	450	$1.25	$3,257	**$5,656**
BROTHER MFC-495CW	Imprime 35 ppm en b/n, 28 ppm a color. Resolución: 6,000 x 1,200 dpi.	$2,524	**BROTHER** LC 61BK	$563	450	$1.25	$3,257	**$5,781**
BROTHER MFC-790CW	Imprime 33 ppm en b/n, 27 ppm a color. Resolución: 6,000 x 1,200 dpi.	$2,799	**BROTHER** LC 61BK	$563	450	$1.25	$3,257	**$6,056**

MULTIFUNCIONALES Y CARTUCHO DE TINTA COLOR

Marca y modelo	Características	Precio promedio	Tinta. Marca y modelo	Cartuchos. Precio promedio	Rendimiento en páginas	Costo por página	Costo por 2,600 páginas al año	Costo anual (impresora + 2,600 páginas impresas)
EPSON Stylus TX100	Impresión: 30 ppm en b/n, 15 ppm a color. Resolución: 5,760 x 1,440 dpi.	$1,399	**EPSON 73 73N** T073220	$187	395	$0.47	$1,232	**$2,631**
EPSON Stylus TX210	Impresión: 32 ppm en b/n, 15 ppm a color. Resolución: 5,760 x1,440 dpi.	$1,290	**EPSON 73 73N** T073220	$187	320	$0.59	$1,521	**$2,812**
EPSON Stylus Office TX300F	Impresión: 31 ppm en b/n, 15 ppm a color. Resolución: 5,760 x 1,440 dpi.	$1,626	**EPSON 73 73N** T073220	$187	410	$0.46	$1,187	**$2,814**
EPSON Stylus TX410	Impresión: 34 ppm en b/n, 34 ppm a color. Resolución: 5,760 x 1,440 dpi.	$1,501	**EPSON 73 73N** T073220	$187	335	$0.56	$1,453	**$2,954**
EPSON Stylus TX550W	Impresión: 36 ppm en b/n 36 ppm a color. Resolución: 5,760 x1,440 dpi.	$2,194	**EPSON 73 73N** T073220	$187	340	$0.55	$1,432	**$3,626**
BROTHER MFC-295CN	Impresión: 33 ppm en b/n, 27 ppm a color. Resolución: 6,000 x 1,200 dpi.	$1,799	**BROTHER** LC 61Y	$282	325	$0.87	$2,256	**$4,055**
EPSON Stylus Photo TX700W	Impresión: 38 ppm en b/n, 38 ppm a color. Resolución: 5,760 x 1,440 dpi.	$3,399	**EPSON 82 82N** T082220	$231	535	$0.43	$1,122	**$4,521**
			EPSON 81N (Alta capacidad) T081220	$250	865	$0.29	$751	**$4,150**
CANON Pixma MP 490	Impresión: 8.4 ppm en b/n, 4.8 ppm a color. Resolución: 4,800 x 1,200 dpi.	$1,599	**CANON Pixma** CL-211XL	$409	360	$1.14	$2,956	**$4,555**
BROTHER DCP-585W	Impresión: 33 ppm en b/n, 27 ppm a color. Resolución: 6,000 x 1,200 dpi.	$2,399	**BROTHER** LC 61Y	$282	325	$0.87	$2,256	**$4,655**
BROTHER MFC-495CW	Impresión: 35 ppm en b/n, 28 ppm a color. Resolución: 6,000 x 1,200 dpi.	$2,524	**BROTHER** LC 61Y	$282	325	$0.87	$2,256	**$4,780**
CANON Pixma MP140	Impresión y copia: 20 ppm en b/n, 15 ppm en color. Resolución: 4,800 x 1,200 dpi.	$948	**CANON Pixma** CL-41	$487	312	$1.56	$4,063	**$5,011**
BROTHER MFC-790CW	Impresión: 33 ppm en b/n, 27 ppm a color. Resolución: 6,000 x 1,200 dpi.	$2,799	**BROTHER** LC 61Y	$282	325	$0.87	$2,256	**$5,055**
CANON Pixma MX 330	Impresión: 22 ppm en b/n, 17 ppm a color. Resolución: 4,800 x 1,200 dpi.	$1,109	**CANON. Pixma** CL-211	$425	255	$1.67	$4,340	**$5,449**
			CANON. Pixma CL-211XL	$409	360	$1.14	$2,956	**$4,065**
CANON Pixma MP 540	Impresión: 26 ppm en b/n, 18 ppm a color. Resolución: 9,600 x 2,400 dpi.	$2,799	**CANON Pixma** CLI-221C	$217	210	$1.04	$2,695	**$5,494**
CANON Pixma MP 490	Impresión: 8.4 ppm en b/n, 4.8 ppm a color. Resolución: 4,800 x 1,200 dpi.	$1,599	**CANON Pixma** CL-211	$425	250	$1.70	$4,427	**$6,026**
HP Deskjet F4480	Impresión: 33 ppm en b/n, 31 ppm a color. Resolución: 4,080 x 1,200 dpi.	$1,091	**HP 60** CC643 WL	$334	150	$2.23	$5,789	**$6,880**
			HP60XL CC644 WL	$739	440	$1.68	$4,366	**$5,458**
HP Photosmart C4680	Impresión: 29 ppm en b/n. 23 ppm a color. Resolución: 4,080 x 1,200 dpi.	$1,502	**HP 60** CC643 WL	$334	150	$2.23	$5,789	**$7,291**
			HP60XL CC644 WL	$739	440	$1.68	$4,366	**$5,868**
CANON Pixma MP 250	Impresión: 7 ppm en b/n, 4.8 ppm a color. Resolución: 4,800 x 1,200 dpi.	$1,006	**CANON. Pixma** CL-211	$425	85	$5.01	$13,020	**$14,026**
			CANON Pixma CL-211XL	$420	120	$3.50	$9,100	**$10,106**
CANON Pixma MP 240	Impresión: 15 ppm a color. Resolución: 4,800 x 1,200 dpi.	$1,999	**CANON Pixma** CL-211	$425	85	$5.01	$13,020	**$15,019**
			CANON Pixma CL-211XL	$409	120	$3.41	$8,868	**$10,867**

Levantamiento realizado por el programa Quién es quién en los precios, del 1 al 18 de junio de 2010, en la Ciudad de México.
Para el cálculo se consideró la impresión de 2,600 páginas al año a fin de obtener el costo por página impresa y el precio promedio de la impresora.

Agenda tu cita por teléfono y ahorra tiempo

PROCITEL

El Programa de Citas por Teléfono de **Profeco** te permite presentar tu queja más rápida y fácilmente. Sólo sigue estos pasos:

Foto H is for Home

Paso 1

Marca el Teléfono del Consumidor, 5568 8722 o 01 800 468 8722.

Paso 2

Exponle tu caso al asesor para que te dé una cita en la delegación que corresponda y puedas presentar tu queja.

Paso 3

Acude a tu cita con la documentación original y dos copias para realizar la conciliación telefónica y/o procedimiento conciliatorio.

Vivir Mejor

5568 8722
DF y área metropolitana

01 800 468 8722
larga distancia sin costo

Profeco

Gobierno Federal

SE

Estados Unidos Mexicanos

TECNOLOGÍA DOMÉSTICA

Talco desodorante para pies

Higiene, calzado que permita la transpiración y un producto desodorante, son buenos aliados para la salud de tus pies. Prepara este talco para mantenerlos secos y brindarles una sensación de frescura. Tus pies te lo agradecerán.

INGREDIENTES:

3/4 de taza de talco simple (100 g) *

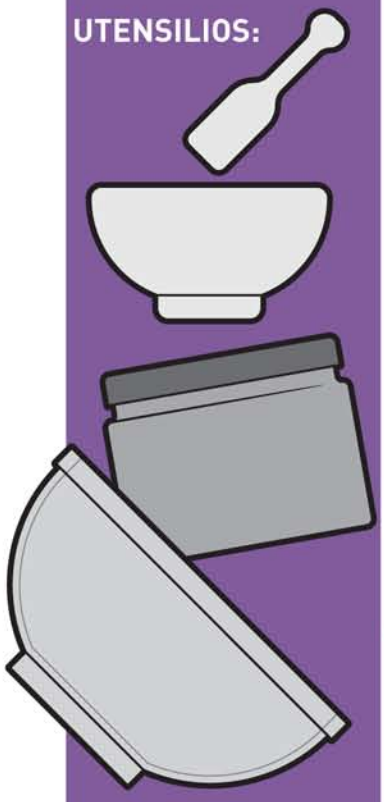
1 cucharadita de óxido de zinc (4 g) *

1/2 cucharadita de mentol (2 g)*

1 cucharadita de alcohol desnaturalizado (6 ml)

*Se consiguen en droguerías o farmacias grandes. Las cantidades son aproximadas.

UTENSILIOS:



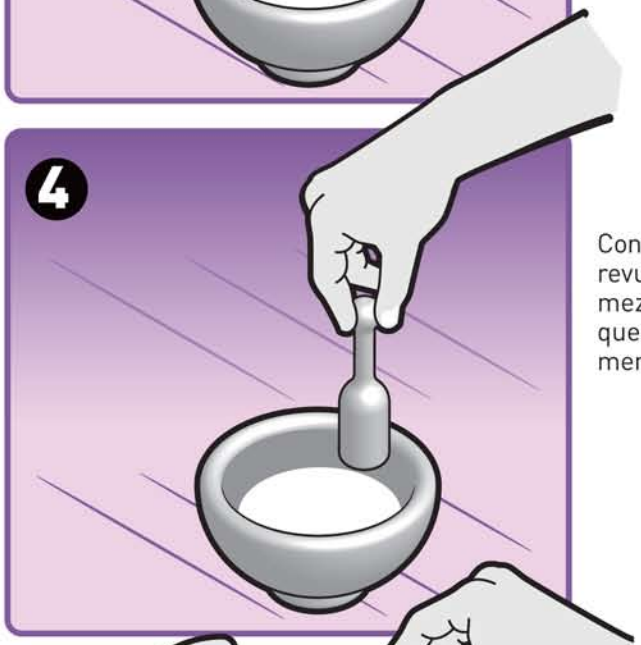
Mortero de porcelana, tarro de plástico de 100 ml para envasar y un recipiente de vidrio.

Vierte el talco y el óxido de zinc en el mortero, y mézclalos suavemente.

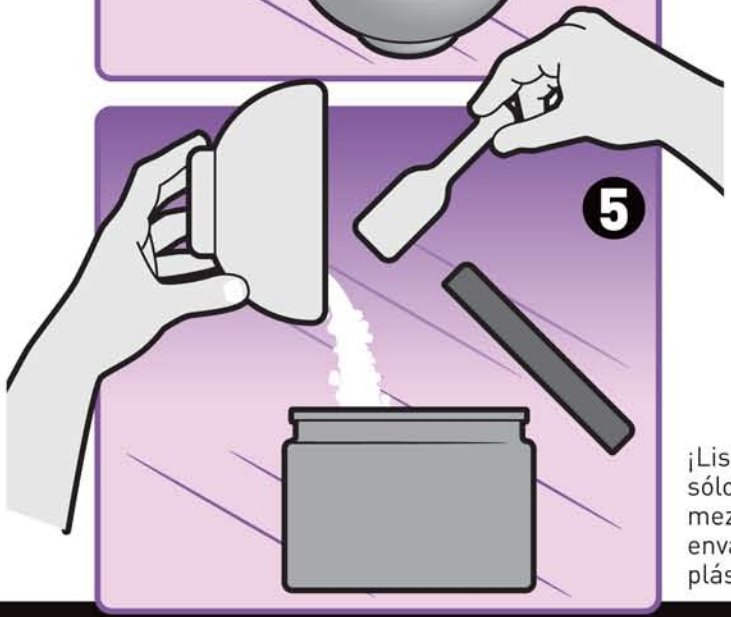
Vacía el alcohol en el recipiente y disuelve ahí el mentol.

Rendimiento: 100 g aproximadamente
Tiempo de preparación: 15 minutos
Conservación: en un lugar fresco y seco
Caducidad: 1 año
$ Ahorro: 60% comparado con el producto comercial

Agrega en el mortero, muy despacio, la mezcla de mentol y alcohol.



Con ayuda del pistilo revuelve ambas mezclas hasta que queden perfectamente incorporadas.



¡Listo! Ahora sólo vierte la mezcla en el envase de plástico.

Pies al desnudo

Algunos ortopedistas aconsejan caminar descalzo en casa para promover, por ejemplo, la formación y el mantenimiento de una capa de grasa bajo la piel. Dicha capa podría amortiguar los dolores en la planta de los pies que aparecen en la tercera edad.

Recomendaciones

Después de bañarte y secar muy bien tus pies, aplica el talco. También puedes usarlo en el calzado para que absorba el sudor, ya que la humedad favorece el desarrollo de hongos. En caso de irritación, suspende su uso.

Secan y refrescan

El óxido de zinc es un polvo blanco y muy fino que se utiliza en pomadas contra rozaduras, así como en desodorantes, debido a su efecto antitranspirante. El mentol se compone de cristales que se disuelven fácilmente en alcohol, y tiene un efecto muy refrescante.

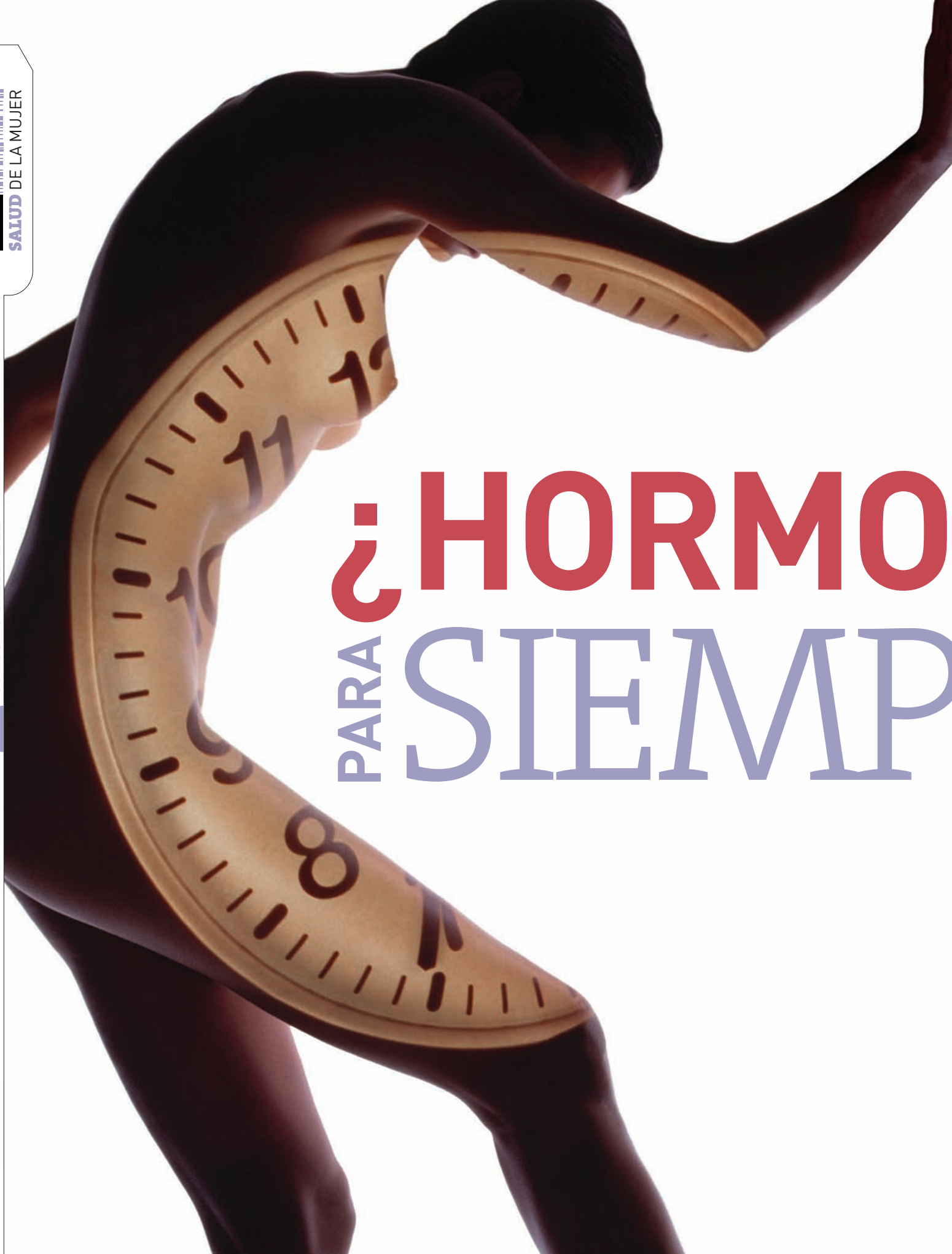
Gráfico Francisco González y García

¡Sin excusa ni pretexto!

Conserva los ingredientes químicos con etiquetas para identificarlos y nunca utilices envases de alimentos o bebidas para almacenarlos.

Validación técnica: maestro en ciencias Miguel Ángel Meza Vudoyra

En todas las Tecnologías Domésticas Profeco se consideran las siguientes equivalencias: 1 cucharada (TBS: *table spoon*) = 15 ml, 1 cucharadita (*tea spoon*) = 5 ml, 1 taza = 250 ml
Busca ésta y otras Tecnologías Domésticas Profeco en revistadelconsumidor.gob.mx



¿HORMO

PARA SIEMP

NAS
PRE?

La Terapia de Reemplazo Hormonal se ha convertido en una alternativa muy común entre las mujeres que experimentan la menopausia; sin embargo, aquí te mostramos una postura que alerta sobre los riesgos que tal práctica conlleva. **Por Ágata Székely**

Arranquemos con una mirada hacia nuestros cuerpos. En los años previos a la menopausia comienzan a ocurrir cambios físicos graduales en el funcionamiento de los ovarios. Esta fase, llamada climaterio, se caracteriza por la disminución de las hormonas estrógeno y progesterona, entre otras. En este proceso, algunos síntomas molestos pueden afectar notablemente la calidad de vida de las mujeres. La Terapia de Reemplazo Hormonal (HRT por sus siglas en inglés, denominada también sustitutiva u hormonoterapia) es un método para brindarle al cuerpo las sustancias que éste ya no produce solo.

La edad promedio de la menopausia son los 52 años y suele presentarse entre los 45 y los 55

Aunque en el pasado muchos médicos recomendaban a toda la población femenina en esta edad –alrededor de los 50 años– tratarse con la HRT durante el resto de sus vidas, varias investigaciones recientes han demostrado que esta práctica no es precisamente buena y segura para todas las mujeres y que se deben considerar varios aspectos antes de iniciar ese tratamiento. Hace poco menos de una década, en el verano del año 2002, el Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre de Estados Unidos, puso fin de forma abrupta a un estudio clínico importante, llamado "Women´s Health Iniciative", que abordaba las ventajas y desventajas de la administración combinada de estrógeno y progestina en mujeres menopáusicas sanas. ¿Por qué tal decisión? Una desagradable sorpresa: se halló un incremento en el riesgo de cáncer de mamas entre las participantes. La investigación encontró además un mayor riesgo de cardiopatía coronaria, accidente cerebrovascular y embolia de pulmón.

En ese famoso estudio se observó a mujeres que tomaban Premarín, que es una combinación de más de 20 estrógenos equinos hechos de orina de yeguas preñadas (la palabra es acrónimo de *pregnant mares urine)* y algunas de ellas, Provera (medroxyprogesterona), una hormona sintética fabricada en laboratorio.

De acuerdo con la ginecóloga, obstetra e investigadora Christiane Northrup, directora del centro Women to Women en Maine, Estados Unidos, y autora de *La sabiduría de la menopausia* (Editorial Urano), se ha hecho creer a las mujeres que "las hormonas sintéticas, hechas por el hombre, son más seguras y mejores

↘ ¿Qué hormona precisas?

Durante generaciones el estrógeno fue la primera o la única hormona recetada a mujeres que sufren de sofocos, sequedad vaginal y cambios de humor. Sin embargo el nivel de estrógeno no baja hasta bien avanzada la transición menopáusica y esos síntomas se relacionan más con la falta de progesterona. Si en el cuerpo de una mujer hay insuficiencia de progesterona es probable que sienta migraña o jaqueca premenstrual, ansiedad y nerviosismo, reglas irregulares o excesivamente abundantes. Si, en cambio, existe insuficiencia de testosterona, es posible que se presente baja del deseo y la función sexual, a la par con una menor energía general y sensación de bienestar.

que las imprevisibles que se encuentran de modo natural en el cuerpo. La terapia hormonal sustitutiva ortodoxa es una extensión de esta forma de pensar: que el cuerpo femenino es deficiente y es necesario arreglarlo". Para abordar el bienestar de las mujeres en estos años de manera integral e inteligente, es preciso entender que la menopausia es un proceso natural del cuerpo femenino y no una enfermedad carencial. Por otra parte, actualmente existen nuevas opciones que respetan mucho más la sabiduría del organismo, consigna la especialista.

Estrógenos y compañía

Una creencia generalizada es que varios síntomas menopáusicos se deben en su mayoría a un estado de insuficiencia de estrógeno por razones de fallos en los ovarios, pero estos datos aislados resultan incompletos. En principio, los ovarios no sólo producen estrógenos, sino también andrógenos como la deshidropiandrosterona (DHEA), testosterona y también progesterona. "El bienestar total, durante y después de la menopausia depende por lo menos de tener niveles adecuados de estas hormonas tanto como de estrógeno", explica Northrup en el citado libro.

Los andrógenos están vinculados con la energía general y la respuesta y el deseo sexual, y se producen también en las glándulas suprarrenales, piel, músculos, cerebro y glándula pineal, así como en los folículos capilares y la grasa corporal. "Es interesante observar que cuando la producción hormonal de los ovarios

El climaterio dura entre seis y 13 meses. Durante ese proceso, es muy posible que puedan faltar reglas a lo largo de varios meses y que vuelvan

disminuye durante la menopausia tiene lugar un doble aumento en la producción de andrógenos en esos otros sitios. Dado que los andrógenos pueden actuar como estrógenos débiles y también como precursores para la producción de estrógenos, queda claro que la mujer menopáusica sana está equipada de forma natural para hacer frente a los cambios hormonales de sus ovarios", aclara la ginecóloga, que además asegura que las mujeres capaces de producir niveles óptimos de andrógenos suelen no precisar tratamiento de reemplazo.

El estrés y las creencias culturales también tienen repercusión en las respuestas orgánicas. Un estudio al que tuvo acceso Northrup indica, por ejemplo, que mientras las mujeres menopáusicas occidentales suelen padecer sofocos en más de un 70%, sólo el 18% de las obreras fabriles de Hong Kong declararon sufrirlos. De todas maneras, la realidad es que muchas mujeres sufren síntomas que consideran intolerables en la menopausia. A medida que el tiempo pase, la tendencia es que ellas sientan falta de energía, tengan problemas para dormir, el tejido vaginal adelgace (lo que se llama atrofia) y probablemente también se incremente el riesgo de enfermedad cardiovascular y de fractura por osteoporosis.

Sin embargo, esto se hará evidente hasta bien pasados los 60 años o más. Como los problemas menopáusicos son causados por el agotamiento crónico de los recursos metabólicos en los años previos, la

↘ Todas las hormonas

Una breve guía para que te vayas adentrando en la identificación de las hormonas.

- Son llamados bioidénticos los **estrógenos 17B-estradiol, la estrona, y el estriol**.
- Son estrógenos vegetales o fitoestrógenos la **cimífuga, las isoflavonas de soya** y **los lignanos**.
- Son sintéticos los estrógenos **Premarín** y otros. También la mayoría de las **píldoras anticonceptivas**, los moduladores selectivos de receptores de estrógeno como el **tamoxifeno** y el **raloxifeno** (estos dos últimos en general se recetan a las mujeres con diagnóstico de cáncer de mama y tienen efectos secundarios preocupantes. Es importante que no los consuman mujeres que no los necesiten).
- **OJO:** la progesterona sintética (**medroxiprogesterona**, **noretindrona**, **norgestrel** y **norgestimato**, **drosperinona**, entre otras) puede causar depresión, irritabilidad y aumento de peso. También existen algunos estudios que indican que la medroxiprogesterona atenúa los efectos positivos del estrógeno, inhibe la circulación sanguínea e incrementa la resistencia de las arterias cerebrales.
- Es vegetal la progesterona que viene del **sauzgatillo** y el **ñame**, y es bioidéntica la que diga en el envase "progesterona natural".
- Las **cremas de ñame** pueden ser más baratas que la progesterona bioidéntica, pero sólo contienen un precursor de esta hormona, que permanece inactivo cuando se absorbe a través de la piel, por lo que no es tan efectivo como la progesterona en sí.
- Consulta con tu médico para que te diga con exactitud de dónde vienen las hormonas que te receta.

transición más o menos difícil dependerá también del vigor de las glándulas suprarrenales, de la calidad de vida de una mujer, su estado de nutrición y si ha realizado o no ejercicio. Si la mujer se siente mal y quiere probar –o su médico recomienda– la terapia sustitutiva, es fundamental que tome la decisión luego de un examen completo de sus antecedentes clínicos, y que conozca a fondo las opciones en el mercado.

Una confusión "natural"

Frecuentemente por motivos de tiempo o dinero, a las mujeres no se les hace una evaluación ni una prescripción de manera individual. A muchas se les sigue recetando una dosis estándar del controvertido Premarín, que aunque ha demostrado aliviar los síntomas en algunos casos, de acuerdo con la doctora Northrup no contiene hormonas equiparables a las del cuerpo humano (sus componentes son "naturales", pero para las yeguas, dice la médica) y a muchas mujeres les causa dolor en los pechos, migrañas e hinchazón.

Por otra parte, para poder evitar que este estrógeno produzca una formación excesiva de tejido dentro del útero (lo cual con el tiempo puede conducir a un mayor riesgo de cáncer uterino), a la mayoría de las pacientes se les receta progestina sintética, que tiene efectos secundarios parecidos a los del síndrome premenstrual, y es una hormona fabricada en laboratorio, diferente de la progesterona natural. Según la directora de Women to Women, el cuerpo humano utiliza mejor las hormonas vegetales, derivadas de la soya y los ñames silvestres, que las equinas, porque las hemos consumido durante millones de años. De todos modos, las provenientes de las plantas tampoco son exactamente las mismas que las humanas. "Las hormonas denominadas bioidénticas derivan de las vegetales, pero en el laboratorio se modifica su estructura molecular para que sean exactamente iguales a las que se encuentran en el cuerpo humano. Los estrógenos, la progesterona y la testosterona que están a la venta en farmacias especializadas en fórmulas para sustitución hormonal, se producen de esta manera", indica la doctora Northrup.

De acuerdo con su visión –bioidéntica es mejor que sintética–, no se trata de si las hormonas se producen o no en un laboratorio, sino de si son equiparables a las hormonas que se encuentran en el cuerpo humano. Hace un par de años la Agencia de Medicinas y Alimentos de Estados Unidos (FDA, por sus siglas en inglés) advirtió contra algunas farmacias que fabrican Terapia Hormonal Bioidéntica, las llamó "terapia alternativa" e indicó que no hay estudios que avalen sus beneficios. "Sucede que las hormonas bioidénticas no se pueden patentar, de modo que no hay ningún incentivo económico para que una empresa farmacéutica financie los caros estudios de investigación y procesos necesarios para elaborar productos que las contengan. Las hormonas sintéticas, en cambio, se fabrican alterando la estructura molecular de una hormona lo suficiente para que se pueda patentar, y aunque conservan algo de la actividad de la hormona natural, cualquier cambio en la estructura tridimensional de una hormona, por pequeño que sea, altera sus efectos biológicos en la célula en modos que no se entienden del todo", señala Northrup

Lo esencial a tener en cuenta es que no hay dosis de hormonas "talla única" que puedan usar todas las mujeres por igual y que tengan los mismos resultados. Las recetas deben hacerse a la medida de cada paciente y las dosis revisarse durante el primer año, haciendo las modificaciones necesarias hasta llegar a la cantidad personalizada. Ya que para la terapia de reemplazo son posibles cientos de combinaciones de hormonas, muchas suelen confundirse. Es recomendable realizar el perfil hormonal para cada mujer que manifieste síntomas. También podrían hacerse estos estudios entre los 40 y 45 años, cuando aún no se tienen las molestias propias de la menopausia, para conocer los niveles ideales de las sustancias que se reestablecerán en el futuro. Es fundamental tomar la menor dosis que resulte efectiva y sólo las hormonas que se necesiten reemplazar. La terapia sustitutiva puede administrarse por vía oral, transdérmica –en parches– o vaginal. Recientemente, una investigación publicada en el *British Medical Journal* y realizada por científicos de la McGill University, en Montreal, Canadá, mostró que las mujeres que recibían terapia sustitutiva por medio de parches de bajas dosis, serían menos propensas a sufrir accidentes cerebrovasculares que quienes reciben el mismo tratamiento en comprimidos. Una señal de que se debe por lo menos explorar más el tema antes de decidir.

Las mujeres que tuvieron una pubertad difícil, síndrome premenstrual o depresión postparto son más sensibles a experimentar cambios de humor y otros síntomas

HRT: cuando sí y cuando no

NO

De acuerdo con un amplio número de investigaciones, la terapia sustitutiva no es tan necesaria si una mujer...

- Tiene su menopausia fisiológica normal a los 50.
- No presenta historial familiar de enfermedades del corazón antes de los 65 años.
- No tiene antecedentes familiares de osteoporosis.
- No fuma.
- No toma fármacos relacionados con un mayor riesgo de osteoporosis (como esteroides, medicamentos para la tiroides, y diuréticos).
- No tiene historial clínico de depresión.
- Hace ejercicios de pesas y aeróbicos tres veces a la semana.
- Se nutre bien, consume ácidos grasos como el omega 3 y tiene un adecuado equilibrio de hidratos de carbono completos y proteínas saludables en su dieta.
- No bebe más de 3 copas a la semana.

SÍ

En cambio, bien podría ser recomendable la terapia sustitutiva (a no ser que esté contraindicada por otros motivos) si ella...

- Presenta menopausia prematura (a los 40 o antes) o artificial (inducida por cirugía, quimioterapia, radioterapia o fármacos).
- Posee enfermedad cardiovascular diagnosticada, o un historial de enfermedades cardiovasculares o de Alzheimer.
- Tiene sobrepeso, especialmente en el área de la cintura.
- Es fumadora y/o sedentaria.
- Ha llevado últimamente una dieta pobre en nutrientes.

Fuentes Rush University Medical Center; Academia Estadounidense de Médicos de Familia; *Cuerpo de Mujer, Sabiduría de Mujer*, Christiane Northrup; *Sabiduría en la Menopausia*, Christiane Northrup; Reuters *Health*; "Facts About Postmenopausal Hormone Therapy" (National Heart, Lung and Blood Institute); womentowomen.com

BENZOATO DE SODIO

Si en la lista de ingredientes de un producto te encuentras con un tal E 211 que te parece sospechoso, sigue leyendo y todas tus dudas serán resueltas.

A veces no reparamos en que para tener a la mano una amplísima variedad de alimentos en el supermercado, es necesaria la aplicación de diversas técnicas de conservación. Hace siglos que el hombre aprendió a conservar carnes salándolas y ahumándolas. Estos procesos se siguen utilizando de forma casi artesanal, pero en los últimos 50 años, los avances químicos han creado sustancias (sí, los famosos conservadores) que ayudan a mantener las cualidades y características de los alimentos: previenen, retardan o detienen el proceso de fermentación, enmohecimiento, putrefacción, acidificación o cualquier otra alteración de los alimentos provocados por microorganismos.

El benzoato de sodio, una especie de sal blanca y cristalina, brillante e inodora (aunque sí tiene sabor), está contenida en muchos alimentos de manera natural (como en las manzanas, arándanos y ciruelas), pero es utilizado de forma masiva como un producto químico añadido en pequeñas cantidades a los alimentos para preservarlos frescos.

Aunque se añade como benzoato, se transforma químicamente utilizando la propia acidez de los alimentos en ácido benzoico, que es propiamente el agente activo. No todos los conservadores son adecuados para todos los alimentos, puesto que su efectividad depende de la composición que tengan (qué tan ácido es su pH, la cantidad de agua, etc.), el nivel inicial de contaminación del alimento, el manejo y la distribución del producto. Por eso el benzoato es más eficaz en alimentos ácidos como jugos, mermeladas, aderezos, salsas, embutidos, condimentos y refrescos. También se usa para detener el proceso de fermentación de los vinos, y en la industria farmacéutica para la preservación de los medicamentos, en diversos productos de uso personal, como la pasta de dientes.

De ida y vuelta

El consumo excesivo de alimentos procesados conlleva a sobrepasar la ingesta diaria admisible, IDA (máximo 5 mg/kg de peso corporal) de benzoato de sodio. El consumo en demasía de este conservador es un riesgo, especialmente en personas hipertensas, con problemas circulatorios, asma, enfermedad cardiovascular o problemas de insuficiencia renal.

"La gente se sorprendería de saber lo fácil que es sobrepasar la IDA, puesto que no es fácil calcular la cantidad que ingerimos. Esta es una razón más para preferir los alimentos naturales en lugar de los procesados", señala la nutrióloga Leticia Huerta.

ADHERIDO AL SISTEMA

La Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación y la Organización Mundial de la Salud administran a la Comisión del *Codex Alimentarius* (CA), responsable de desarrollar las normas internacionales sobre seguridad alimentaria para proteger la salud de los consumidores y facilitar el comercio internacional de los alimentos. Uno de los comités del CA, Expertos en Aditivos Alimentarios, es responsable de evaluar su inocuidad. México participa en la Comisión del CA.

La privacidad es tu derecho, ¡deja de quejarte y usa tu dedo!

REGISTRO PÚBLICO DE CONSUMIDORES

En sólo 60 segundos inscribe los números telefónicos fijos, de celular o de fax, en los que no deseas recibir publicidad o que sean utilizados con fines mercadotécnicos o publicitarios. Sólo sigue dos pasos:

Paso 1

Desde el teléfono al que ya no quieres recibir esas llamadas, marca **9628 0000 si vives en el DF, Guadalajara o Monterrey, o al 01 800 962 8000 larga distancia sin costo desde el resto del país**, las 24 horas, los 365 días del año. Te contestará un sistema automatizado.

Paso 2

Elige el sector del cual no deseas recibir llamadas: telecomunicaciones, turismo o comercial, y marca **1**,**2** o **3** según sea el caso, o marca **4** para elegirlos a todos. En 30 días deberán dejar de marcarte.

Y si una empresa te vuelve a llamar después de registrarte, la SANCIONAREMOS.

Vivir Mejor

5568 8722
DF y área metropolitana

01 800 468 8722
larga distancia sin costo

rpc.profeco.gob.mx

Profeco

Gobierno Federal

SE

Estados Unidos Mexicanos

La salud entra por la boca

La salud y la buena alimentación van de la mano. En esta ocasión, Leticia Huerta, nuestra nutrióloga experta, pone en la mesa la respuesta clara y concisa de dicha relación, en casos de salud muy específicos.

DIVÁN DE NUTRICIÓN

NO TE IRRITA

Desde que me diagnosticaron gastritis, evito tomar café porque, aunque me encanta, me resulta demasiado irritante; sin embargo, he encontrado en el té un buen sustituto, pero no sé si me hace daño de igual forma. Por eso, quiero saber si podría estar contraindicado para mi padecimiento.

— Liliana Prieto

Beber té puede causarte alguna molestia, depende del tipo de té que acostumbres. El té negro y el mate, por ejemplo, son muy irritantes, pero el té de manzanilla o té de hierbas no cítricas son convenientes para sustituir el café. Es muy importante que no los tomes muy calientes, ya que esto provoca más irritación del estomago.

FUERA EL GLUTEN

Me gustaría saber qué alimentos envasados contienen gluten y caseína, ya que mi hijo padece de autismo y quiero sacarlos de su dieta. Y, por cierto, ¿dónde puedo conseguir la leche de papa, la cual puede tomar sin problema?

—Jhosafat Alonzo

En efecto, hay investigadores que afirman que algunos niños con autismo responden positivamente a una dieta sin gluten y caseína. No hay consenso científico, pero si quieres sacar estos componentes de su dieta, primero debes saber qué son. El gluten es una proteína presente en cereales como trigo, cebada, centeno y, posiblemente, en la avena. Así, todos los alimentos elaborados con dichos cereales contienen gluten al igual que el consomé en polvo o cubo. Antes de comprar un producto envasado, lee la etiqueta para asegurarte de que no lo contiene. Ten cuidado, hay alimentos que en ocasiones añaden gluten como aditivo y no como ingrediente.

La caseína es otra proteína presente en leche de vaca y otros productos lácteos, los cuales puedes sustituir con la llamada "leche" de almendras, de papa, de arroz o de avellana; encuentras esos productos en tiendas vegetarianas u orgánicas.

De cualquier forma, lo más importante es que la dieta de tu hijo se base en alimentos naturales y frescos.

DULCES MENTIRAS

¿Es verdad que cuando se consumen verduras congeladas crece la posibilidad de aumentar de peso debido al azúcar que les agregan durante el proceso? Me han dicho que no son recomendables para personas con diabetes.

—Norma A. Noguez Méndez

Definitivamente esto no es cierto. A las verduras congeladas o precongeladas no se les adiciona azúcar. La única diferencia entre las verduras frescas y las congeladas es que estas últimas se someten a un proceso conocido como blanqueado para limpiarlas, y consiste en su inmersión en agua hirviendo para eliminar microbios o bacterias. Además se recolectan en su punto óptimo de maduración, que es el momento en el que contienen más nutrientes. Su consumo es adecuado tanto para diabéticos como para cualquier persona, también son prácticas y fáciles de preparar, cosa que actualmente es muy importante para fomentar el consumo de verduras diariamente. Te recomiendo que antes de cocinarlas las pongas a descongelar en agua hirviendo, y procura que queden crocantes para evitar que pierdan sus nutrientes.

PREGUNTA, QUE ES GRATIS

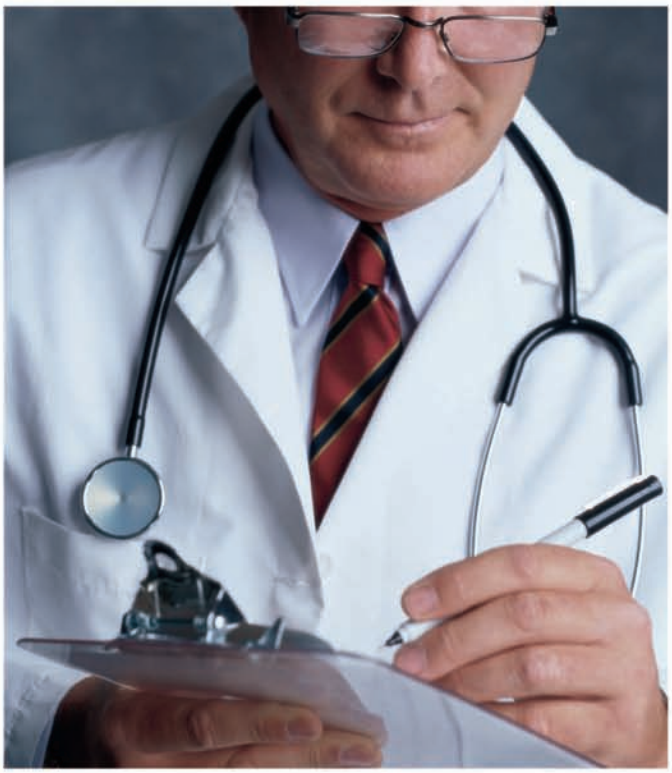
La nutrióloga Leticia Huerta *responderá a las dudas sobre el tema que lleguen al correo* ***rconsumidor@profeco.gob.mx.*** *Las cartas enviadas implican tu consentimiento para que sean editadas y publicadas. Toda la información que envíes a nuestra publicación queda protegida conforme a los lineamientos para la protección de datos personales emitidos por el IFAI (Instituto Federal de Acceso a la Información).*

MÉXICO 2010

Bicentenario Independencia
Centenario Revolución

Servicios CONAMED para médicos y pacientes

CONAMED



Recetamos la mejor solución a pacientes y médicos

Vivir Mejor

www.bicentenario.gob.mx • www.gobiernofederal.gob.mx
www.conamed.gob.mx • www.salud.gob.mx

GOBIERNO FEDERAL

SALUD

ESTADOS UNIDOS MEXICANOS

"Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el programa".

El arte de elegir una COMPUTADORA

Para ayudarte en tu decisión de compra y evitar que adquieras atributos que podrías no ocupar –pero que te costarán– o bien que compres un equipo sin el suficiente poder de procesamiento, vamos a describir tanto las distintas "experiencias de cómputo", como los elementos que debes buscar en un equipo. Recuerda: la mejor computadora para ti no es necesariamente la más cara y potente, sino la que te brinda el servicio que buscas con el mejor precio.

Primera etapa

DEFINE TU EXPERIENCIA DE CÓMPUTO

1 LA EXPERIENCIA DE ESCRITORIO TIPO TORRE

Aunque los equipos portátiles y netbooks son cada vez más populares, para muchas funciones los equipos de escritorio siguen siendo la mejor opción por la amplia versatilidad que ofrecen: equipos de desempeño alto, medio y básico (algunos con gran capacidad de expansión para actualizar el sistema de video con una tarjeta aceleradora de gráficos más avanzada o con una segunda unidad grabadora de DVD); buena cantidad de puertos de conexión y la posibilidad de contar con una pantalla de amplio tamaño.

Dentro de esta categoría, por su forma y tamaño, tenemos la clásica computadora tipo torre, minitorre o de factor pequeño (Small Form Factor, se les ha tipificado en inglés). Su característica común es un gabinete, llamado CPU, en el que se integran el microprocesador, disco duro, memorias, lector/grabador de CD/DVD, etcétera. Presentan su pantalla por separado.

Sus limitantes (a las cuales durante muchos años nos hemos acostumbrado): su casi nula movilidad y el gran espacio que ocupan, así como la convivencia con distintos cables de conexión (especialmente molestos cuando se requiere acceder a los puertos traseros).

¿QUIÉNES PUEDEN APROVECHARLA MEJOR?

Cualquier persona que requiera un equipo fijo para su casa, oficina o centro de investigación. Si eres estudiante, padre de familia, investigador, ingeniero o profesional del video o la fotografía, estas computadoras continúan ofreciendo, en general, la mejor relación poder de cómputo / precio.

¿CREES QUE UNA COMPUTADORA TIPO TORRE SE ADAPTA A TUS NECESIDADES?

VE A LA PÁGINA 48 >>>

2 LA EXPERIENCIA "TODO EN UNO"

En realidad, no es un concepto muy nuevo, pero su popularización sí es de última hora. Son equipos de escritorio que tienen integrado en la parte posterior de su pantalla todos los elementos de un CPU tradicional: disco duro, microprocesador, memorias, lector / grabador de CD y DVD, etcétera. ¿La ventaja? Un equipo que ocupa poco espacio en tu escritorio y elimina los molestos cables asociados a una computadora de escritorio tradicional, todo ello manteniendo una pantalla grande (que suele ser de 20 pulgadas o más).

Existen muy variadas opciones: desde las computadoras que se asemejan a una nettop por el tipo de microprocesador que manejan (pero que cuentan con una mayor cantidad de memoria RAM y más rápida), hasta los que ofrecen un poder de cómputo casi comparable al de los mejores equipos de escritorio. Incluso algunos modelos cuentan con sintonizador de televisión y la tecnología táctil "multi touch" en sus pantallas.

A pesar de los aspectos positivos de su diseño, estos equipos tienen casi nula capacidad de expansión (no es posible o es impráctico cambiarles la unidad óptica por una nueva, cambiar la tarjeta gráfica o mejorar el microprocesador).

¿QUIÉNES PUEDEN APROVECHARLA MEJOR?

Consumidores que requieren de un equipo de escritorio que ocupe poco espacio y les permita disfrutar de multimedia de manera aceptable (administrar su biblioteca de música digital y videos, ver y editar sus fotos, etcétera); usar aplicaciones de productividad (textos y hojas de cálculo complejos) e incluso jugar la mayoría de los juegos existentes, además de poder entrar en internet. Estos equipos también están dirigidos principalmente a estudiantes y padres de familia, pero suelen ofrecer un poder de cómputo menor al que tienen equipos de escritorio de desempeño medio y alto.

¿CREES QUE UN EQUIPO "TODO EN UNO" SE ADAPTA A TUS NECESIDADES?

VE A LA PÁGINA 50 >>>

3 LA EXPERIENCIA PORTÁTIL NETBOOK

Es quizás el concepto menos entendido en cuanto a lo que podemos esperar de él. Puesto que estos equipos son pequeños, ligeros y tienen un precio casi irresistible, su poder de procesamiento es el menor de todas las computadoras que analizamos en este estudio. Su microprocesador es de bajo desempeño: la mayoría incluye el Intel Atom serie N.

En otras palabras, son aptas para trabajar textos y hojas de cálculo sencillas, revisar archivos en PDF, navegar en internet, revisar correos electrónicos e incluso correr juegos sencillos (cartas, fichas chinas, etcétera). Lo que no te permitirán es disfrutar de multimedia o usar programas medianamente demandantes, como editores para imágenes fotográficas de alta resolución. Incluso administrar eficazmente tu biblioteca de música digital te resultará lento y poco práctico.

Para mantener reducidos su tamaño y peso, carecen también de lector/grabador de CD y DVD (unidad óptica). Su pantalla, usualmente de 10 pulgadas, es muy pequeña, permitiéndote trabajar de manera aceptable solamente con un archivo en pantalla a la vez. Largas jornadas de trabajo en estos equipos no son recomendables para la vista y las manos, pues tienen un teclado muy reducido.

En el mercado se encuentran algunas netbook ultradelgadas, con pantallas entre las 11 y las 13 pulgadas, lo cual significa un precio mayor. También existen algunas que ofrecen un microprocesador más potente y más memoria RAM.

¿QUIÉNES PUEDEN APROVECHARLA MEJOR?

¿Quiénes pueden aprovecharla mejor? Personas que viajan mucho o asisten con frecuencia a reuniones y sólo necesitan realizar tareas de cómputo básicas. Los estudiantes de cualquier nivel deberían voltear a ver otras opciones, a menos que la usen durante sus clases como un equipo de apoyo y mantengan como primera opción, en su casa, un equipo más capaz.

¿CREES QUE UNA NETBOOK SE ADAPTA A TUS NECESIDADES?

VE A LA PÁGINA 56 >>>

4 LA EXPERIENCIA PORTÁTIL (LAPTOP)

Su uso se ha popularizado enormemente, principalmente por la reducción de precios en los modelos básicos y de desempeño medio. Ya no es extraño verlas en los cafés, terminales de autobuses, escuelas o aeropuertos. La gran ventaja: en ellas puedes llevar contigo tu vida digital. Puedes trabajar tus archivos de texto y hojas de cálculo, editar las fotos de tus vacaciones, administrar tu música digital o reproducir películas durante un viaje en avión, además de brindarte la posibilidad de mantenerte siempre conectado a través de internet.

Estas computadoras pueden clasificarse principalmente en: portátiles de "tamaño medio" (las más comunes, las que ofrecen pantallas de entre 14 y 16 pulgadas con un poder de cómputo muy variable); de "gran tamaño" (con de 17 pulgadas o más y pueden reemplazar a tu computadora de escritorio, aunque pierden capacidad de movilidad por su peso).

¿QUIÉNES PUEDEN APROVECHARLA MEJOR?

Cualquier persona que a raíz de sus actividades tenga necesidades de movilidad constantes. También aquéllas que carecen del espacio necesario para alojar una de escritorio. Las computadoras portátiles de tamaño medio (con niveles de desempeño de "Muy bueno" a "Excelente") también son una interesante opción para estudiantes, padres de familia, empresarios, investigadores, etcétera... Claro, si están dispuestos a cargar con el correspondiente maletín para transportarla (con su cargador) y a adquirir distintos accesorios para mejorar su funcionalidad (como las lap pad o protectores para utilizar el equipo caliente sobre las piernas).

¿CREES QUE LAS LAPTOP SE ADAPTAN A TUS NECESIDADES?

VE A LA PÁGINA 51 >>>

5 LA EXPERIENCIA NETTOP

Son equipos equivalentes, en cuanto a poder de cómputo se refiere, a un equipo portátil tipo netbook, debido principalmente a que ofrecen poca memoria RAM y usan el microprocesador Intel Atom N. Físicamente, son similares a un equipo de escritorio tipo torre.

¿QUIÉNES PUEDEN APROVECHARLA MEJOR?

Personas que sólo requieren realizar tareas de cómputo básicas en su hogar con un equipo de precio muy accesible. Los estudiantes de cualquier nivel deberían ver hacia otras opciones más potentes.

¿CREES QUE LAS NETTOP SE ADAPTAN A TUS NECESIDADES?

VE A LA PÁGINA 50 >>>

Segunda etapa

FÍJATE EN LOS DETALLES

Una vez que has decidido qué tipo de computadora te conviene, es necesario que establezcas qué características y funciones necesitas sí o sí: conexión inalámbrica Wi-Fi, salida de audio video HDMI, puerto de red Ethernet, etcétera. Sin embargo, no siempre es fácil entender el beneficio de cada uno de estos elementos, sobre todo si no tienes un conocimiento técnico de electrónica y cómputo. Te los vamos a describir.

SISTEMA OPERATIVO

Aunque la mayoría de los equipos emplean el sistema operativo Windows, es deseable que selecciones un equipo con la versión más actual, Windows 7, el cual demostró ser una versión más madura respecto a las versiones anteriores, XP y Vista. Windows 7 lo encontrarás en ediciones "Starter" (más adecuado para netbooks) y "Basic", que aunque está muy limitado en características, resulta ser una versión más económica que la versiones "Home Premium" (con características para disfrutar de multimedia), "Profesional" (más adecuada para empresas) y la "Ultimate" (la más costosa, pero con el mayor número de funciones).

Las computadoras de la marca Apple cuentan con su propio sistema operativo, el Mac OS X 10.6 (Snow Leopard). Las diferencias técnicas entre Windows 7 y Mac OS X son varias e importantes, pero para el consumidor final ambos sistemas presentan características similares que los hacen sencillos de usar, además de que muchos de los programas más comunes se venden para ambos sistemas

PANTALLAS LCD Y LED

Muchas pantallas aún cuentan con tecnología de cristal líquido (LCD, por sus siglas en inglés), precisamente porque tienen un precio accesible y ofrecen una calidad de imagen buena, mientras que las nuevas pantallas LED (más delgadas) te dan una mayor gama de colores y mayor nivel de contraste, pero cuestan más. Cualquiera de las dos tecnologías es una buena opción. A menos que te dediques al diseño gráfico o a la fotografía, la tecnología LCD te será útil.

• Pantalla LCD

Se basan en un panel de cristal líquido donde se despliegan los pixeles. Es iluminado por la parte de atrás (retroiluminación) mediante una lámpara fluorescente, para darle el brillo a los pixeles.

• Pantalla LED

Es una pantalla de cristal líquido (LCD), pero con la característica de tener una retroiluminación a base de LED (diodos emisores de luz), lo cual permite lograr pantallas más delgadas, y que tengan un alto nivel de contraste.

MICROPROCESADOR

Es el "cerebro" de la computadora y por muchos años se ha asociado como el referente para conocer la potencia de cómputo de un equipo. Lo anterior es cierto relativamente, pues muchas tareas dependen de él. Sin embargo, la potencia de cómputo también está determinada por la cantidad de memoria RAM; el desempeño del disco duro; la velocidad con que se leen y escriben datos en la memoria RAM; la potencia del sistema de video, entre otros. Igual, podemos mencionar, a manera de referencia, que los microprocesadores de más bajo desempeño (y de menor consumo de energía) son el Intel Atom y el AMD Athlon Neo, usados en netbooks.

Para equipos de desempeño básico se emplean entre otros: el Intel Pentium D, Intel Celeron D y el AMD Athlon 64 X2. Para equipos de desempeño medio se usan el Intel Core i3, Intel Core i5, Intel Core 2 Quad, AMD Phenom II X2 y X3 y el AMD Turion X2. Para equipos de alto desempeño se emplean, por ejemplo, el Intel Core i7 y el AMD Phenom II X4.

MEMORIA RAM Y DISCO DURO

La memoria RAM sirve para que los programas (software) tengan un espacio físico donde funcionar. El disco duro, por su parte, permite almacenar dichos programas o tus archivos de trabajo, fotos y música, en forma física. En estos elementos existen características técnicas complejas que pueden explicar por qué un disco duro de 320 GB de cierta marca puede resultar más rápido que otro, aunque tenga la misma capacidad y un precio mayor. Lo mismo se aplica a la memoria RAM.

Al final, estas diferencias no son fáciles de entender para el consumidor promedio, pero impactan tanto en el precio como en el desempeño de cada equipo. Nuestra recomendación: si tu presupuesto lo permite, compra un equipo con la mayor cantidad de memoria RAM (así los programas funcionarán más rápido) y un disco duro con la mayor capacidad (para tener más espacio de almacenamiento). Quien se dedica al diseño gráfico, edición fotográfica o edición de video, necesita grandes cantidades de memoria RAM (6 GB o más), una memoria del tipo DDR3 y preferentemente dos discos duros de amplia capacidad.

UNIDAD ÓPTICA

Nos referimos a la unidad lectora/grabadora de CD y DVD. La mayoría de las computadoras analizadas ofrecen unidades ópticas competentes que te permitirán leer o grabar CD/CD-R/RW y DVD/DVD-R/+R/RW y DVD de doble capa, DVD + DL. Algunos pocos equipos ya integran el nuevo formato Blu-ray de alta definición, adicional al formato DVD. Todavía hay poco material grabado en alta definición, así que no es imprescindible que busques Blu-ray.

TARJETA ACELERADORA DE GRÁFICOS

La mayoría de los equipos (básicos y de desempeño medio) ofrecen un sistema de video aceptable, capaz de

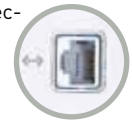
procesar la información necesaria para reproducir videos de internet, películas en formato DVD, la edición de tus fotos caseras y juegos de tipo arcadia. Lo logran porque tienen un circuito electrónico que, en conjunto con la memoria RAM instalada (de la cual toman "prestado" un espacio para funcionar), realizan ciertos cálculos matemáticos necesarios. A este tipo de sistema de video se le llama "de memoria de video compartida". Sin embargo, si lo que deseas hacer en tu computadora es edición semiprofesional o profesional de video, o de imágenes de alta resolución, es necesario que adquieras una computadora con tarjeta aceleradora de gráficos con memoria de video compartida, que como mínimo tenga 500 MB de memoria RAM dedicada para video.

Si tu computadora tiene separado el CPU, existe la posibilidad de reemplazar la tarjeta existente por una nueva (no olvides consultar el servicio técnico de la marca que adquieras). En este rubro existen muchos modelos con distintos niveles de desempeño, tanto de la marca NVIDIA como ATI.

PUERTOS DE CONEXIÓN

Siempre tendrás la necesidad de conectar tu computadora con algún periférico (cámara, escáner, impresora...) o con una red de cómputo, como internet mismo. Los puertos permiten eso. Los siguientes son los principales:

• **USB (Bus Serial Universal).** Es la conexión más común en la actualidad para conectar distintos periféricos y aparatos a la computadora: cámaras digitales, iPod, ratones, etcétera. Todas las computadoras analizadas ofrecen este puerto de conexión.



• **Ethernet.** Permite conectar una computadora a una red por medio de un cable tipo RJ45. Se usa mucho para conectar computadoras de escritorio dentro de una red interna en empresas.

• **Wi-Fi (IEEE 802.11).** También conocida como Wireless-Fidelity, es una conexión inalámbrica para redes de computadoras y de acceso a internet. La última versión, de nombre 802.11n, es la más rápida y reemplazará a la versión 802.11g, que aún es muy común. Varias cadenas de restaurantes y tiendas te ofrecen gratis la posibilidad de conectarte inalámbricamente con tu computadora portátil o netbook.

• **HDMI (Interfaz Multimedia de Alta Definición).** Es una conexión única de audio-video diseñada especialmente para la reproducción de imágenes de video en alta definición (HD). Las computadoras que lo proporcionan te permitirán conectarte a un televisor de alta definición para ver películas reproducidas en ellas (aunque no estén grabadas en formato Blu-ray).

• **VGA** Es la conexión más común entre una pantalla y el CPU o entre una computadora portátil y un videoproyector.

• **DVI (Interfaz Digital Visual).** Es una conexión digital entre la computadora y su pantalla y es más moderna que la conexión por VGA (la cual se introdujo en 1999); su principal ventaja sobre VGA radica en la calidad del color en el monitor.

• **Firewire (IEEE 1394).** Conexión serial de alta velocidad, principalmente usada para descargar video de una videocámara a la computadora. Existen unidades ópticas y discos duros externos que usan esta conexión.

RANURAS DE MEMORIA

Te permiten insertar directamente tarjetas de memoria empleadas tanto por cámaras fotográficas digitales, como videocámaras. Las tarjetas de memoria más comúnes son la SD (Secure Digital), SD HC (Secure Digital High Capacity), Memory Stick Pro (MS Pro) y Memory Stick Pro Duo (MS Pro Duo).

CONEXIÓN ESATA

Se usa para conectar un disco duro externo u otra unidad de almacenamiento de datos a una computadora. Esta conexión es más rápida que la USB.

4 BUENOS HÁBITOS COMPUTACIONALES

1 Actualiza regularmente tu sistema operativo con adecuaciones (updates); así corriges deficiencias y mejoras el desempeño y seguridad del sistema operativo de tu computadora. Para ello puedes visitar el sitio microsoft.com o apple.com, o usar el sistema automático de actualizaciones de seguridad.

Aunque casi no existen virus o malware que afecten a una Mac, considera que la instalación adicional de alguna versión de Windows en este tipo de equipo también implica la adquisición de software de protección, pues el sistema Windows en una computadora Apple abre el mismo abanico de riegos que en el resto de las PC.

2 Mantén actualizados los controladores de tu sistema de video, disco duro, etcétera. Puedes obtenerlos en el sitio de internet del fabricante.

3 Respalda periódicamente la información almacenada en tu computadora.

4 Adquiere y mantén actualizado un sistema de protección antivirus y antimalware, para evitar que virus y programas dañinos, como gusanos y troyanos (que se transmiten en internet), dañen tus programas y archivos.

MODELOS DE ESCRITORIO, PORTÁTILES, ULTRAPORTÁTILES, "TODO EN

LA COMPUTADO

Está allí. Te está esperando como una aguja en un pajar. Revelación: la computadora de tus sueños no es necesariamente la que necesitas. Te ayudaremos a encontrarla en este ejercicio de consumo inteligente puro y duro.

Diversión. Creatividad. Evolución. Transformación. Esas palabras están unidas a la única herramienta tecnológica que se ha convertido verdaderamente en un objeto de deseo. La computadora en todas sus formas y configuraciones nos ha cambiado radicalmente la vida. Algo tan trivial como escribir un texto e imprimirlo, y el hecho fantástico (si te detienes a pensarlo) de visitar en forma virtual lugares lejanos a través de aplicaciones que utilizan imágenes satelitales, forman parte de una cotidianidad impensable sin las computadoras personales.

Ese es el componente, digamos, íntimo en el acto de elegir una computadora. Hay otros, más "duros", objetivos, ligados a competitividad salvaje de la industria: características y desempeño que continuamente experimentan mejoras por parte de las marcas que fabrican los componentes internos –discos duros, memorias, microprocesadores, pantallas LCD y LED, etcétera– y las empresas que desarrollan el software –hojas de cálculo, edición fotográfica, diseño avanzado en 3D, aplicaciones para internet...

Sí, el mercado de computadoras se ha vuelto complejo y muy cambiante. La muestra está en la gran combinación de opciones que se ofrecen: desde equipos de escritorio "todo en uno", que ofrecen un CPU (la unidad central de procesamiento) integrado a su pantalla hasta equipos portátiles que pueden llegar a reemplazar computadoras de escritorio de alto desempeño. En otras palabras, la clasificación clásica de equipos de cómputo "básicos", para "multimedia" y de "alto desempeño", ya no es tan representativa.

Esta nueva realidad nos motivó a ofrecerte un comparativo de calidad y desempeño de cinco categorías de computadoras: escritorio tipo torre; escritorio tipo "todo en uno"; escritorio tipo nettop; portátiles y portátiles tipo netbook. No te preocupes, las diferencias se te irán aclarando. Este estudio no sólo te ayudará a elegir la computadora que necesitas; también te pondrá al día en su tecnología.

EL ESTUDIO

Analizamos computadoras con sistema operativo Microsoft Windows XP, Windows Vista y el más actual Windows 7 y computadoras Apple con el sistema operativo Mac OS X 10.6 (Snow Leopard).

De las 16 marcas muestreadas, analizamos 25 modelos de computadoras de escritorio (incluyendo los modelos "todo en uno" y nettops), 36 equipos portátiles y 22 netbooks.

¿QUÉ PRUEBAS HICIMOS?

Aplicaciones de productividad. Evaluamos el desempeño (poder de cómputo) al operar programas de edición de texto, creación de hojas de cálculo y presentaciones y navegadores para internet –como el Internet Explorer y el Mozilla Firefox– y creación de contenido web. El desempeño de este tipo de programas depende del microprocesador empleado y la cantidad de memoria RAM.

Desempeño para multimedia. Evaluamos el poder de cómputo para usar aplicaciones tales como juegos, reproducción de música y video, edición de películas, etcétera.

Aplicaciones gráficas demandantes. Determinamos el poder de cómputo del sistema gráfico que apoya el uso de programas profesionales de edición de audio y video digital, edición fotográfica profesional y de diseño asistido por computadora (CAD). Ojo: una calificación "excelente" en esta prueba no necesariamente es la mejor opción para jugar juegos de última generación; sólo a los equipos aptos les agregamos una calificación para este tipo de juegos.

Calentamiento (para portátiles). Medimos la cantidad de calor que disipa cada equipo cuando es operado en condiciones de máxima demanda de energía. Proporcionamos tanto el nivel de calentamiento en su base como en el teclado.

Autonomía de la batería (para portátiles). Medimos el tiempo de respaldo continuo que la batería ofrece bajo condiciones de máxima demanda de energía, pero sin considerar el uso de una conexión Wi-Fi. El tiempo indicado es sólo una referencia, ya que puede variar dependiendo del uso.

¿CÓMO DEBES INTERPRETAR LAS CALIFICACIONES?

Excelente. El equipo permite trabajar múltiples aplicaciones al mismo tiempo, incluyendo algunas demandantes (editor de video o de fotos) sin que haya merma apreciable en su desempeño; en suma, el sistema responde siempre rápido.

Muy bueno. Puede trabajar varias aplicaciones sencillas al mismo tiempo (editor de textos, presentaciones y enciclopedias), además de una demandante; la sensación de respuesta del sistema es aceptable, pero tiende a ser más lenta conforme se incrementan aplicaciones simultáneas.

Bueno. Sólo maneja unas cuantas aplicaciones sencillas al mismo tiempo; ante más aplicaciones simultáneas, el sistema se siente lento para responder.

Uso ocasional. Dado que el desempeño para estas aplicaciones es muy lento, sólo es recomendable cuando existe una necesidad excepcional.

UNO" Y NETBOOKS

ORA DE TU VIDA

FICHA TÉCNICA

Fecha de realización del estudio
08 de febrero al 9 de julio de 2010
Periodo del muestreo
01 de marzo al 2 de julio de 2010

MODELOS ANALIZADOS **83**

16 MARCAS

CATEGORÍA	TOTAL DE PRUEBAS	ENSAYOS
Escritorio	130	7800
Portátiles	252	10476
Netbooks	110	1716

Regular o **No apta.** Con esta calificación no es recomendable usar el equipo para la función indicada en la prueba; es posible que el sistema falle o se sature y sea necesario reiniciar el equipo.

Calentamiento (al hacer uso intensivo del equipo). Ningún equipo representa un riesgo de quemadura, pero cuando marcamos que su calentamiento en la base es "muy alto", significa que el contacto con las piernas resulta muy incómodo, mientras que "alto" es más soportable, pero sólo por periodos cortos de tiempo. Un calentamiento "medio" es la mejor condición para uso en las piernas.

COMPUTADORAS DE ESCRITORIO TIPO TORRE

Blue Light
HOLOS

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 32 bit
Microprocesador: AMD Athlon II X4 620 a 2.60 GHz
Disco duro: 1000 GB
Memoria RAM: 4 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: NVIDIA GeForce GT220 con 512 MB
Tamaño de pantalla: LCD 15.25"
Número de puertos USB: traseros 2 y frontales 2

Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos

Otros atributos

Precio promedio
Modelo agotado*

Resaltamos
Gabinete (CPU) grande

HP
Pavillion PCP6380LA

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 64 bit
Microprocesador: Intel Core i5 650 a 3.20 GHz
Disco duro: 1000 GB
Memoria RAM: 6 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: ATI Radeon HD 4650 con 1024 MB
Tamaño de pantalla: LCD 25"
Número de puertos USB: traseros 6 y frontales 2

Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos

Otros atributos
Wi Fi

Precio promedio
$22,989

Resaltamos
Gabinete (CPU) grande, reproduce Blu-ray y sintonizador de TV

Lanix
Magnum GX4070

Sistema operativo: Windows 7 Ultimate 64 bit
Microprocesador: Intel Core i7 920 a 2.67GHz
Disco duro: 1000 GB
Memoria RAM: 6 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: NVIDIA GeForce 9800GT 512 MB
Tamaño de pantalla: LCD 23.5"
Número de puertos USB: traseros 8 y frontales 4

Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos

Otros atributos

Precio promedio
$31,929

Resaltamos
Gabinete (CPU) grande, reproduce Blu-ray y sintonizador de TV

Dell
Inspiron 580S

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 64 bit
Microprocesador: Intel Core i3 530 a 2.93 GHz
Disco duro: 640 GB
Memoria RAM: 6 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: NVIDIA GeForce 310 con 512 MB
Tamaño de pantalla: LCD 20"
Número de puertos USB: traseros 4 y frontales 2

Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos

Otros atributos

Precio promedio
Modelo agotado*

Resaltamos
Gabinete (CPU) mediano

HP
Pavillion SlimLineS5350LA

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 64 bit
Microprocesador: AMD Athlon II X3 435 a 2.92 GHz
Disco duro: 640 GB
Memoria RAM: 4 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: ATI Radeon HD 4350 con 512 MB
Tamaño de pantalla: LCD 23"
Número de puertos USB: traseros 4 yfrontales 2

Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos

Otros atributos
Wi Fi

Precio promedio
$14,999

Resaltamos
Gabinete (CPU) mediano y sintonizador de TV

Gateway
DX4822-03m

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 64 bit
Microprocesador: Intel Core 2 Quad Q8300 a 2.50 GHz
Disco duro: 640 GB
Memoria RAM: 4 GB
Memoria de video compartida: sí
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: no aplica
Tamaño de pantalla: LCD 20"
Número de puertos USB: traseros 4 frontales 2

Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos

Otros atributos

Resaltamos
Gabinete (CPU) grande

Precio promedio
Modelo agotado*

Gateway
SX2840-10m

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 64 bit
Microprocesador: Intel Core i5 650 a 3.20 GHz
Disco duro: 1000 GB
Memoria RAM: 6 GB
Memoria de video compartida: sí
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: no aplica
Tamaño de pantalla: LCD 20"
Número de puertos USB: traseros 4 y frontales 5

Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos

Otros atributos

Resaltamos
Gabinete (CPU) mediano

Precio promedio
$15,999

HP
Pavillion SlimLineS5360LA

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 64 bit
Microprocesador: Intel Core i3 530 a 2.93 GHz
Disco duro: 640 GB
Memoria RAM: 4 GB
Memoria de video compartida: sí
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: no aplica
Tamaño de pantalla: LCD 23"
Número de puertos USB: traseros 6 yfrontales 2

Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos

Otros atributos
Wi Fi

Resaltamos
Gabinete (CPU) mediano y sintonizador TV

Precio promedio
$15,999

SIMBOLOGÍA

Excelente · Muy bueno · Bueno · Regular · NO apta · Uso ocasional

Calentamiento: Muy alto · Alto · Medio

Lector de tarjetas de memoria · Salida HDMI · Webcam · Número de puertos USB · Teclado completo (con boque numérico) · Teclado reducido · Teclado retro iluminado · Conexión Wi-Fi

Lanix
Titan HX4130 (Core i5)

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 64 bit
Microprocesador: Intel Core i5 650 a 3.20 GHz
Disco duro: 320 GB
Memoria: RAM 4 GB
Memoria de video compartida: sí
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: no aplica
Tamaño de pantalla: LCD 19"
Número de puertos USB: traseros 6 y frontales 2

Aplicaciones
Productividad: Excelente
Multimedia: Excelente
Aplicaciones gráficas: Uso ocasional
Juegos extremos*: NO apta

Otros atributos

Precio promedio $15,770

Resaltamos
Gabinete (CPU) grande y reproductor Blu-ray

Lenovo
Think Centre 3139A4Z

Sistema operativo: Windows Vista Business 32 bit
Microprocesador: Intel Core i5 670 a 3.47 GHz
Disco duro: 320 GB
Memoria RAM: 2 GB
Memoria de video compartida: sí
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: no aplica
Tamaño de pantalla: LCD 18.5"
Número de puertos USB: traseros 6 y frontales 2

Aplicaciones
Productividad: Excelente
Multimedia: Excelente
Aplicaciones gráficas: Uso ocasional
Juegos extremos*: NO apta

Resaltamos
Gabinete (CPU) grande

Precio promedio Modelo agotado*

Blue Light
BL209

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 32 bit
Microprocesador: AMD Phenom II X3 8650 a 2.31 GHz
Disco duro: 500 GB
Memoria RAM: 4 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: NVIDIA GeForce 6150SE con 64 MB
Tamaño de pantalla: LCD 21.5"
Número de puertos USB: traseros 4 y frontales 2

Aplicaciones
Productividad: Excelente
Multimedia: Excelente
Aplicaciones gráficas: NO apta
Juegos extremos*: NO apta

Otros atributos

Precio promedio $9,999

Resaltamos
Gabinete (CPU) mediano

Dell
Optiplex 780

Sistema operativo: Windows 7 Ultimate 32 bit
Microprocesador: Intel Core 2 Duo E7600 a 3.06 GHz
Disco duro: 160 GB
Memoria RAM: 4 GB
Memoria de video compartida: sí
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: no aplica
Tamaño de pantalla: LCD 20"
Número de puertos USB: traseros 6 y frontales 2

Aplicaciones
Productividad: Excelente
Multimedia: Excelente
Aplicaciones gráficas: NO apta
Juegos extremos*: NO apta

Otros atributos

Precio promedio Modelo agotado

Resaltamos
Gabinete (CPU) grande

Lanix
Titan HX4130 (Core i3)

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 32 bit
Microprocesador: Intel Core i3 530 a 2.93 GHz
Disco duro: 320 GB
Memoria RAM: 3 GB
Memoria de video compartida: sí
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: no aplica
Tamaño de pantalla: LCD 19"
Número de puertos USB: traseros 6 y frontales 4

Aplicaciones
Productividad: Excelente
Multimedia: Excelente
Aplicaciones gráficas: NO apta
Juegos extremos: NO apta

Otros atributos

Precio promedio $11,366

Resaltamos
Gabinete (CPU) grande

Acer
AX3810-B1001

Sistema operativo: Windows 7 Home Basic 32 bit
Microprocesador: Pentium D E5400 a 2.70 GHz
Disco duro: 1000 GB
Memoria RAM: 4 GB
Memoria de video compartida: sí
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: no aplica
Tamaño de pantalla: LCD 20"
Número de puertos USB: traseros 4 y frontales 5

Aplicaciones
Productividad: Excelente
Multimedia: Bueno
Aplicaciones gráficas: NO apta
Juegos extremos*: NO apta

Otros atributos

Precio promedio $9,499

Resaltamos
Gabinete (CPU) mediano

e-Machines
EL1321-10m

Sistema operativo: Windows 7 Starter 32 bit
Microprocesador: AMD Athlon II X2 215 a 2.72 GHz
Disco duro: 320 GB
Memoria RAM: 2 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: NVIDIA GeForce 6150SE con 256 MB
Tamaño de pantalla: LCD 15.5"
Número de puertos USB: traseros 4 y frontales 4

Aplicaciones
Productividad: Excelente
Multimedia: Bueno
Aplicaciones gráficas: NO apta
Juegos extremos*: NO apta

Resaltamos
Gabinete (CPU) mediano

Precio promedio $7,249

HP-Compaq
Presario PC CQ5309L

Sistema operativo: Windows 7 Home Basic 64 bit
Microprocesador: AMD Athlon II X3 435 a 2.92 GHz
Disco duro: 500 GB
Memoria RAM: 2 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: NVIDIA GeForce 6150SE con 256 MB
Tamaño de pantalla: LCD 18.5"
Número de puertos USB: traseros 4 y frontales 2

Aplicaciones
Productividad: Excelente
Multimedia: Bueno
Aplicaciones gráficas: NO apta
Juegos extremos*: NO apta

Otros atributos

Precio promedio $6,089

Resaltamos
Gabinete (CPU) mediano

HP-Compaq
Presario PCCQ5310LA

Sistema operativo: Windows 7 Home Basic 64 bit
Microprocesador: AMD Athlon II X2 215 a 2.72 GHz
Disco duro: 500 GB
Memoria RAM: 2 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: NVIDIA GeForce 6150SE con 256 MB
Tamaño de pantalla: LCD 18.5"
Número de puertos USB: traseros 4 y frontales 2

Aplicaciones
Productividad: Excelente
Multimedia: Bueno
Aplicaciones gráficas: NO apta
Juegos extremos*: NO apta

Otros atributos

Precio promedio $6,990

Resaltamos
Gabinete (CPU) mediano

COMPUTADORAS DE ESCRITORIO TIPO TODO EN UNO

HP
Touchsmart PC 600-1020LA

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 64 bit
Microprocesador: Intel Core 2 Duo T6400 a 2.00 GHz
Disco duro: 640 GB
Memoria RAM: 4 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: NVIDIA GeForce GT230 con 1024 MB
Tamaño de pantalla: LCD 23.5"
Número de puertos USB: traseros 3 y frontales 2

Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos*

Otros atributos
Wi Fi
Precio promedio $20,594

Resaltamos
Pantalla táctil (multitouch), reproduce Blu-ray y sintonizador de TV

Apple
iMac A1311

Sistema operativo: Mac OS X Snow Leopard (64 bit)
Microprocesador: Intel Core 2 Duo E7600 a 3 GHz
Disco duro: 500 GB
Memoria RAM: 4 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: NVIDIA GeForce 9400M con 256 MB
Tamaño de pantalla: LED 21.5"
Número de puertos USB: 4

Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos*

Otros atributos
Wi Fi
Precio promedio $20,899

Resaltamos
Pantalla LED y Puerto Firewire 800

MSI
AE2220

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 32 bit
Microprocesador: Intel Pentium D a 2.30 GHz
Disco duro: 500 GB
Memoria RAM: 4 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: NVIDIA ION con 256 MB
Tamaño de pantalla: LCD 21.5"
Número de puertos USB: traseros 4 y frontales 2

Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos*

Otros atributos
Wi Fi
Precio promedio $14,399

Resaltamos
Pantalla táctil (multitouch), entrada VGA y sintonizador de TV con accesorio opcional

HP
All-in-one PC MS220LA

Sistema operativo: Home Basic 64 bit
Microprocesador: AMD Athlon X2 3250e a 1.50 GHz
Disco duro: 320 GB
Memoria RAM: 2 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: ATI Radeon HD 3200 con 256 MB
Tamaño de pantalla: LCD 18,5"
Número de puertos USB: traseros 4 y frontales 2

Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos*

Otros atributos
Wi Fi
Precio promedio $9,790

Lenovo
3000 C300 3012BCS

Sistema operativo: Windows 7 Home Basic 32 bit
Microprocesador: Intel Atom 330 a 1.60 GHz
Disco duro: 500 GB
Memoria RAM: 3 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: ATI Mobility Radeon HD 4530 con 512 MB
Tamaño de pantalla: LCD 20"
Número de puertos USB: traseros 4 y frontales 2

Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos*

Otros atributos
Wi Fi
Precio promedio Modelo agotado*

Lenovo
3000 C300 30122JS

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 32 bit
Microprocesador: Intel Atom 330 a 1.60 GHz
Disco duro: 640 GB
Memoria RAM: 3 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: ATI Mobility Radeon HD 4530 con 512 MB
Tamaño de pantalla: LCD 20"
Número de puertos USB: traseros 4 y frontales 2

Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos*

Otros atributos
Wi Fi
Precio promedio $10,499

NOTA: *todos los modelos incluyen: conexión VGA para conectarle su pantalla, unidad óptica capaz de leer y grabar CD y DVD, puerto de red Ethernet RJ45, entrada para micrófono y salida para audífonos.*
** Resultado informativo. No afectó la evaluación global del producto.*

COMPUTADORAS DE ESCRITORIO TIPO NETTOP

Blue Light
EC0909

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 32 bit
Microprocesador: Intel Atom 330 a 1.60 GHz
Disco duro: 320 GB
Memoria RAM: 2 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: NVIDIA ION con 256 MB
Tamaño de pantalla: LCD 19"
Número de puertos USB: traseros 6

Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos*

Resaltamos
Gabinete (CPU) pequeño
Precio promedio $13,298

Lanix
Titan Alpha 4150

Sistema operativo: Windows 7 Home Basic 32 bit
Microprocesador: Intel Atom D410 a 1.67 GHz
Disco duro: 160 GB
Memoria RAM: 1 GB
Memoria de video compartida: sí
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: no aplica
Tamaño de pantalla: LCD 15.5"
Número de puertos USB: traseros 4 y frontales 2

Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos*

Otros atributos
Precio promedio $7,726

Resaltamos
Gabinete (CPU) mediano

SIMBOLOGÍA
Excelente · Muy bueno · Bueno · Regular · No apta · Uso ocasional · Lector de tarjetas de memoria · Salida HDMI · Número de puertos USB

COMPUTADORAS PÓRTATILES LAPTOP

Sony
Vaio VPCF110FL/B

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 64 bit
Microprocesador: Intel Core i7 Q720 a 1.60 GHz
Disco duro: 500 GB
Memoria RAM: 4 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: NVIDIA GeForce GT 330M con 1024 MB
Tamaño de pantalla: 16.4"
Autonomía de la batería*: 1h 30m
Calentamiento promedio en:
Base ▲▲▲ Teclado ▲▲▲
Peso
Sin cargador 3.1 kg
Con cargador 3.7 kg
Precio promedio $29,4999
Ranuras para memorias: SD, MS Pro Duo
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos*
Otros atributos
Resaltamos
Su unidad óptica, reproduce discos Blu-ray y pantalla Full HD

Toshiba
Qosmio X505-SP8017M

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 64 bit
Microprocesador: Intel Core i7 Q720 a 1.60 GHz
Disco duro: 500 GB
Memoria RAM: 4 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: NVIDIA GeForce GTS 360M con 1024 MB
Tamaño de pantalla: 18.4"
Autonomía de la batería*: 1h 50m
Calentamiento promedio en:
Base ▲ Teclado ▲
Peso
Sin cargador 4.7 kg
Con cargador 5.7 kg
Precio promedio $32,499
Ranuras para memorias: SD, MS Pro xD
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos*
Otros atributos
Resaltamos
Equipo grande tipo estación de trabajo y reproduce discos Blu-ray

HP
Pavilion DV6-2187LA

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 64 bit
Microprocesador: Intel Core i7 Q720 a 1.60 GHz
Disco duro: 500 GB
Memoria RAM: 4 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: NVIDIA GeForce GT 320M con 1024 MB
Tamaño de pantalla: LED 15.6"
Autonomía de la batería*: 1h 33m
Calentamiento promedio:
Base ▲▲ Teclado ▲
Peso
Sin cargador 2.8 kg
Con cargador 3.5 kg
Precio promedio $18,999
Ranuras para memorias: SD, MS Pro xD
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos*
Otros atributos

Dell
Alienware M15X

Sistema operativo: Windows Vista Home Premium 64 bit
Microprocesador: Intel Core i7 Q720 a 1.60 GHz
Disco duro: 250 GB
Memoria RAM: 3 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: NVIDIA GeForce GT 240M con 1024 MB
Tamaño de pantalla: 15.6"
Autonomía de la batería*: 1h 11m
Calentamiento promedio en:
Base ▲▲▲ Teclado ▲
Peso
Sin cargador 4 kg
Con cargador 4.7 kg
Precio promedio $32,299
Ranuras para memorias: SD, MS Pro xD
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos*
Otros atributos

HP
Pavilion DV4-2028LA

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 64 bit
Microprocesador: Intel Core i5 M430 a 2.27 GHz
Disco duro: 500 GB
Memoria RAM: 4 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: ATI Radeon HD 4550 con 512 MB
Tamaño de pantalla: 14.1"
Autonomía de la batería*: 1h 47m
Calentamiento promedio en:
Base▲▲ Teclado ▲
Peso
Sin cargador 2.4 kg
Con cargador 2.9 kg
Precio promedio Modelo agotado
Ranuras para memorias: SD, MS Pro xD
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos*
Otros atributos
Resaltamos: sintonizador de TV

HP
Pavilion DV6-2177LA

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 64 bit
Microprocesador: AMD Turion II Ultra X2 M620 a 2.50 GHz
Disco duro: 500 GB
Memoria RAM: 4 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: ATI Mobility Radeon HD 4650 con 1024 MB
Tamaño de pantalla: LED 15.6"
Autonomía de la batería*: 1h 35m
Calentamiento promedio en:
Base▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 2.8 kg
Con cargador 3.3 kg
Precio promedio $16,499
Ranuras para memorias: SD, MS Pro xD
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos*
Otros atributos

Sony
Vaio VPCCW25FL/R

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 64 bit
Microprocesador: Intel Core i3 M330 a 2.13 GHz
Disco duro: 500 GB
Memoria RAM: 4 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: NVIDIA GeForce GT 330M con 512 MB
Tamaño de pantalla: 14.6"
Autonomía de la batería*: 2h 33m
Calentamiento promedio en:
Base▲▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 2.3 kg
Con cargador 2.6 kg
Precio promedio $17,849
Ranuras para memorias: SD, MS Pro Duo
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos*
Otros atributos

Apple
MacBook Pro A1278

Sistema operativo: Mac OS X Snow Leopard (64 bit)
Microprocesador: Intel Core 2 Duo P8700 a 2.53 GHz
Disco duro: 250 GB
Memoria RAM: 4 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: NVIDIA GeForce 9400M con 256 MB
Tamaño de pantalla: LED 13.3"
Autonomía de la batería*: 4h 20m
Calentamiento promedio en:
Base▲▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 2 kg
Con cargador 2.3 kg
Precio promedio $20,249
Ranuras para memorias: SD
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos*
Otros atributos
Resaltamos: teclado retroiluminado de acuerdo a luz ambiental, trackpad multitouch y puerto Firewire 800

Webcam | Teclado completo (con boque numerico) | Teclado reducido | Teclado retro iluminado | Conexión Wi-Fi | **Calentamiento** ▲▲▲ Muy alto ▲▲ Alto ▲ Medio

COMPUTADORAS PÓRTATILES LAPTOP (cont.)

Gateway
NV5901E

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 64 bit
Microprocesador: Intel Core i5 M430 a 2.27 GHz
Disco duro: 320 GB
Memoria RAM: 4 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: ATI Mobility Radeon HD 5470 con 512 MB
Tamaño de pantalla: 15.6"
Autonomía de la batería*: 2h 6m
Calentamiento promedio en:
Base▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 2.7 kg
Con cargador 3.1 kg
Precio promedio $15,999
Ranuras para memorias: SD, MS Pro
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos*
Otros atributos

Lenovo
Ideapad G460

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 64 bit
Microprocesador: Intel Core i5 M430 a 2.27 GHz
Disco duro: 500 GB
Memoria RAM: 2 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: NVIDIA GeForce 310M con 512 MB
Tamaño de pantalla: 14"
Autonomía de la batería*: 2h 39m
Calentamiento promedio en:
Base▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 2.2 kg
Con cargador 2.6 kg
Precio promedio Modelo agotado
Ranuras para memorias: SD, MS Pro Duo
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos*
Otros atributos

Samsung
NP-R480-JS01MX

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 32 bit
Microprocesador: Intel Core i3 M330 a 2.13 GHz
Disco duro: 320 GB
Memoria RAM: 3 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: NVIDIA GeForce 310M con 512 MB
Tamaño de pantalla: 14"
Autonomía de la batería*: 1h 59m
Calentamiento promedio en:
Base▲▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 2.3 kg
Con cargador 2.6 kg
Precio promedio $14,099
Ranuras para memorias: SD
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos*
Otros atributos

Blue Light
Olenia 310

Sistema operativo: Windows 7 Ultimate 32 bit
Microprocesador: Intel Core i3 M330 a 2.13 GHz
Disco duro: 250 GB
Memoria RAM: 2 GB
Memoria de video compartida: sí
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: no aplica
Tamaño de pantalla: 14"
Autonomía de la batería*: 1h 33m
Calentamiento promedio en:
Base▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 2.2 kg
Con cargador 2.5 kg
Precio promedio $8,300
Ranuras para memorias: SD, MS Pro
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos*
Otros atributos

Dell
Inspiron 1464

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 64 bit
Microprocesador: Intel Core i3 M330 a 2.13 GHz
Disco duro: 320 GB
Memoria RAM: 3 GB
Memoria de video compartida: sí
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: no aplica
Tamaño de pantalla: 14"
Autonomía de la batería*: 2h 44m
Calentamiento promedio en:
Base▲▲▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 2.2 kg
Con cargador 2.6 kg
Precio promedio $14,495
Ranuras para memorias: SD, MS Pro
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos*
Otros atributos

Dell
Inspiron 1564

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 64 bit
Microprocesador: Intel Core i3 M330 a 2.13 GHz
Disco duro: 250 GB
Memoria RAM: 3 GB
Memoria de video compartida: sí
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: no aplica
Tamaño de pantalla: 15.6"
Autonomía de la batería*: 2h 30m
Calentamiento promedio en:
Base▲▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 2.5 kg
Con cargador 2.9 kg
Precio promedio Modelo agotado
Ranuras para memorias: SD, MS Pro
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos*
Otros atributos

Dell
Studio 1558

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 64 bit
Microprocesador: Intel Core i3 M350 a 2.27 GHz
Disco duro: 320 GB
Memoria RAM: 3 GB
Memoria de video compartida: sí
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: no aplica
Tamaño de pantalla: 15.6"
Autonomía de la batería*: 2h 47m
Calentamiento promedio en:
Base▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 2.6 kg
Con cargador 3.9 kg
Precio promedio $17,599
Ranuras para memorias: SD, MS Pro
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos*
Otros atributos

Dell
Latitude E6400

Sistema operativo: Windows XP Professional
Microprocesador: Intel Core 2 Duo P8400 a 2.27 GHz
Disco duro: 160 GB
Memoria RAM: 2 GB
Memoria de video compartida: sí
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: no aplica
Tamaño de pantalla: 14.6"
Autonomía de la batería*: 3h 22m
Calentamiento promedio en:
Base▲▲▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 2.3 kg
Con cargador 2.8 kg
Precio promedio Modelo agotado
Ranuras para memorias: SD
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos*
Otros atributos

SIMBOLOGÍA

Excelente · Muy bueno · Bueno · Regular · No apta · Uso ocasional · Lector de tarjetas de memoria · Salida HDMI · Número de puertos USB

Gateway
NV5909E

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 64 bit
Microprocesador: Intel Core i3 M330 a 2.13 GHz
Disco duro: 640 GB
Memoria RAM: 4 GB
Memoria de video compartida: sí
Tarjeta de aceleradora de video y memoria dedicada: no aplica
Tamaño de pantalla: 15.6"
Autonomía de la batería*: 2h 15m
Calentamiento promedio en:
Base▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 2.6 kg
Con cargador 3 kg
Precio promedio $10,499
Ranuras para memorias:
SD, MS Pro
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas ✕
Juegos extremos* ✕
Otros atributos

Lanix
Neuron Alpha LX3M

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 64 bit
Microprocesador: Intel Core 2 Duo P7450 a 2.13 GHz
Disco duro: 320 GB
Memoria RAM: 4 GB
Memoria de video compartida: si
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: no aplica
Tamaño de pantalla: 13.3"
Autonomía de la batería*: 2h 35m
Calentamiento promedio en:
Base▲▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 2.3 kg
Con cargador 2.8 kg
Precio promedio $15,586
Ranuras para memorias:
SD, MS Pro
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas ✕
Juegos extremos* ✕
Otros atributos

MSI
CR420

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 32 bit
Microprocesador: Intel Core i3 M330 a 2.13 GHz
Disco duro: 320 GB
Memoria RAM: 2 GB
Memoria de video compartida: sí
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: no aplica
Tamaño de pantalla: LED 14"
Autonomía de la batería*: 2h 21m
Calentamiento promedio en:
Base▲▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 2.1 kg
Con cargador 2.4 kg
Precio promedio $11,399
Ranuras para memorias:
SD, MS Pro
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas ✕
Juegos extremos* ✕
Otros atributos

Sony
Vaio VPCS110FL/B

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 64 bit
Microprocesador: Intel Core i3 M330 a 2.13 GHz
Disco duro: 500 GB
Memoria RAM: 4 GB
Memoria de video compartida: sí
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: no aplica
Tamaño de pantalla: 13.3"
Autonomía de la batería*: 3h 3m
Calentamiento promedio en:
Base▲▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 2 kg
Con cargador 2.4 kg
Precio promedio $18,349
Ranuras para memorias:
SD, MS Pro
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas ✕
Juegos extremos* ✕
Otros atributos

Toshiba
Satellite A505-SP6023

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 64 bit
Microprocesador: Intel Core i3 M330 a 2.13 GHz
Disco duro: 500 GB
Memoria RAM: 6 GB
Memoria de video compartida: sí
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: no aplica
Tamaño de pantalla: 16"
Autonomía de la batería*: 2h 42m
Calentamiento promedio en:
Base▲▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 2.9 kg
Con cargador 3.2 kg
Ranuras para memorias:
SD, MS Pro xD
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas ✕
Juegos extremos* ✕
Otros atributos

Precio promedio $15,999

Apple
MacBook A1342

Sistema operativo: Mac OS X Snow Leopard (64 bit)
Microprocesador: Intel Core 2 Duo P7550 a 2.26 GHz
Disco duro: 250 GB
Memoria RAM: 2 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: NVIDIA GeForce 9400M con 256 MB
Tamaño de pantalla: LED 13.3"
Autonomía de la batería*: 5h 4m
Calentamiento promedio en:
Base▲▲ Teclado ▲
Peso
Sin cargador 2.2 kg
Con cargador 2.4 kg
Precio promedio $13,904
Ranuras para memorias:
No
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas
Juegos extremos* ✕
Otros atributos
Resaltamos: trackpad multitouch

Lanix
Neuron T

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 64 bit
Microprocesador: Intel Core 2 Duo P8600 a 2.40 GHz
Disco duro: 500 GB
Memoria RAM: 4 GB
Memoria de video compartida: sí
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: no aplica
Tamaño de pantalla: 13.3"
Autonomía de la batería*: 1h 47m
Calentamiento promedio en:
Base▲▲ Teclado▲▲
Peso
Sin cargador 1.8 kg
Con cargador 2.1 kg
Precio promedio $17,333
Ranuras para memorias:
SD, MS Pro
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas ✕
Juegos extremos* ✕
Otros atributos
Resaltamos:
equipo con unidad óptica externa

Lenovo
Thinkpad T400 2767 AL

Sistema operativo: Windows XP Professional
Microprocesador: Intel Core 2 Duo P8600 a 2.40 GHz
Disco duro: 250 GB
Memoria RAM: 2 GB
Memoria de video compartida: sí
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: no aplica
Tamaño de pantalla: 14.1"
Autonomía de la batería*: 1h 40m
Calentamiento promedio en:
Base▲▲▲ Teclado▲▲
Peso
Sin cargador 2.5 kg
Con cargador 2.8 kg
Ranuras para memorias:
SD, MS Pro
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas ✕
Juegos extremos* ✕
Otros atributos

Precio promedio Modelo agotado

Webcam | Teclado completo (con boque numerico) | Teclado reducido | Teclado retro iluminado | Conexión Wi-Fi | **Calentamiento** ▲▲▲Muy alto ▲▲Alto ▲Medio

COMPUTADORAS PÓRTATILES LAPTOP (cont.)

HP
Pavilion DV4-2112LA

Sistema operativo: Windows 7 Home Basic 32 bit
Microprocesador: AMD Athlon II X2 M320 a 2.10 GHz
Disco duro: 320 GB
Memoria RAM: 2 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: ATI Mobility Radeon HD 4200 con 256 MB
Tamaño de pantalla: 14.1"
Autonomía de la batería*: 1h 57m
Calentamiento promedio en:
Base▲▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 2.4 kg
Con cargador 2.8 kg
Precio promedio $9,199
Ranuras para memorias:
SD, MS Pro, xD
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas ✗
Juegos extremos* ✗
Otros atributos

HP-Compaq
Presario CQ41-226LA

Sistema operativo: Windows 7 Starter 32 bit
Microprocesador: AMD Athlon II X2 M320 a 2.10 GHz
Disco duro: 320 GB
Memoria RAM: 2 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta de aceleradora de video y memoria dedicada: ATI Mobility Radeon HD 4200 con 256 MB
Tamaño de pantalla: 14.1"
Autonomía de la batería*: 1h 52m
Calentamiento promedio en:
Base▲▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 2.3 kg
Con cargador 2.7 kg
Precio promedio Modelo agotado
Ranuras para memorias:
SD, MS Pro, xD
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas ✗
Juegos extremos* ✗
Otros atributos

Acer
AS5538-1245

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 64 bit
Microprocesador: AMD Turion X2 L510 a 1.60 GHz
Disco duro: 500 GB
Memoria RAM: 4 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: ATI Radeon HD 3200 Graphics con 384 MB
Tamaño de pantalla: 15.6"
Autonomía de la batería*: 2h 50m
Calentamiento promedio en:
Base▲ Teclado▲▲▲
Peso
Sin cargador 2.5 kg
Con cargador 2.8 kg
Precio promedio $9,499
Ranuras para memorias:
SD, MS Pro xD
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas ✗
Juegos extremos* ✗
Otros atributos

Asus
K50IN

Sistema operativo: Windows Vista Home Premium 32 bit
Microprocesador: Pentium D T4200 a 2.00 GHz
Disco duro: 250 GB
Memoria RAM: 3 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: NVIDIA GeForce G102M con 512 MB
Tamaño de pantalla: LED 15.6"
Autonomía de la batería*: 2h 12m
Calentamiento promedio en:
Base▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 2.7 kg
Con cargador 3.0 kg
Precio promedio Modelo agotado
Ranuras para memorias:
SD, MS Pro
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas ✗
Juegos extremos* ✗
Otros atributos

e-Machines
EME627-58/

Sistema operativo: Windows 7 Starter
Microprocesador: AMD Athlon TF-20 a 1.60 GHz
Disco duro: 160 GB
Memoria RAM: 2 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: ATI Radeon HD 3200 Graphics con 256 MB
Tamaño de pantalla: 15.6"
Autonomía de la batería*: 1h 57m
Calentamiento promedio en:
Base ▲▲ Teclado ▲
Peso
Sin cargador 2.5 kg
Con cargador 2.8 kg
Precio promedio $5,699
Ranuras para memorias:
SD, MS Pro, xD
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas ✗
Juegos extremos* ✗
Otros atributos

Lanix
Neuron SX

Sistema operativo: Windows 7 Home Basic 32 bit
Microprocesador: Intel Celeron D U2300 a 1.20 GHz
Disco duro: 250 GB
Memoria RAM: 2 GB
Memoria de video compartida: sí
Tarjeta de aceleradora de video y memoria dedicada: no aplica ultra delgada
Tamaño de pantalla: 13.3"
Autonomía de la batería*: 2h
Calentamiento promedio en:
Base▲▲▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 1.7 kg
Con cargador 1.9 kg
Precio promedio $9,790
Ranuras para memorias: SD, MS Pro
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas ✗
Juegos extremos* ✗
Otros atributos
Resaltamos: equipo ultradelgado con unidad óptica externa

Lanix
Neuron PX

Sistema operativo: Windows 7 Home Basic 32 bit
Microprocesador: Intel Celeron D T3100 a 1.90 GHz
Disco duro: 160 GB
Memoria RAM: 2 GB
Memoria de video compartida: sí
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: no aplica
Tamaño de pantalla: 14.1"
Autonomía de la batería*: 1h 26m
Calentamiento promedio en:
Base ▲▲▲ Teclado ▲
Peso
Sin cargador 2.3 kg
Con cargador 2.6 kg
Precio promedio $8,636
Ranuras para memorias:
SD, MS Pro
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas ✗
Juegos extremos* ✗
Otros atributos

LG
R480

Sistema operativo: Windows 7 Home Basic 32 bit
Microprocesador: Intel Pentium D T4400 a 2.20 GHz
Disco duro: 320 GB
Memoria RAM: 4 GB
Memoria de video compartida: sí
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: no aplica
Tamaño de pantalla: 14.1"
Autonomía de la batería*: 2h 16m
Calentamiento promedio en:
Base▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 2.4 kg
Con cargador 2.7 kg
Precio promedio $10,929
Ranuras para memorias:
SD, MS Pro, xD
Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas ✗
Juegos extremos* ✗
Otros atributos

SIMBOLOGÍA Excelente · Muy bueno · Bueno · Regular · ✗ No apta · Uso ocasional · Lector de tarjetas de memoria · Salida HDMI · Número de puertos USB

Samsung
NP-R430-JA02MX

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 32 bit
Microprocesador: Pentium D T4400 a 2.20 GHz
Disco duro: 250 GB
Memoria RAM: 2 GB
Memoria de video compartida: sí
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: no aplica
Tamaño de pantalla: 14"
Autonomía de la batería*: 2h 24m
Calentamiento promedio en:
Base▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 2.1 kg
Con cargador 2.5 kg
Ranuras para memorias:
SD
Precio promedio
Modelo agotado

▶Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas ✕
Juegos extremos* ✕

▶Otros atributos

Sony
Vaio VPCCW13FL/W

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 64 bit
Microprocesador: Intel Pentium D T4400 a 2.20 GHz
Disco duro: 320 GB
Memoria RAM: 4 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: NVIDIA GeForce G210M con 256 MB
Tamaño de pantalla: 14"
Autonomía de la batería*: 2h 52m
Calentamiento promedio en:
Base▲▲ Teclado ▲
Peso
Sin cargador 2.3 kg
Con cargador 2.7 kg
Precio promedio
$14,899
Ranuras para memorias:
SD, MS Pro Duo

▶Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas ✕
Juegos extremos* ✕

▶Otros atributos

Toshiba
Satellite L455-SP5014M

Sistema operativo: Windows 7 Home Basic 32 bit
Microprocesador: Intel Pentium D T4400 a 2.20 GHz
Disco duro: 250 GB
Memoria RAM: 2 GB
Memoria de video compartida: sí
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: no aplica
Tamaño de pantalla: 15.6"
Autonomía de la batería*: 2h 32m
Calentamiento promedio en:
Base▲▲ Teclado▲▲▲
Peso
Sin cargador 2.7 kg
Con cargador 3 kg
Precio promedio
$9,299
Ranuras para memorias:
SD, MS Pro

▶Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas ✕
Juegos extremos* ✕

▶Otros atributos

Toshiba
Satellite L505D-SP601

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium 64 bit
Microprocesador: AMD Turion II X2 M520 a 2.30 GHz
Disco duro: 500 GB
Memoria RAM: 4 GB
Memoria de video compartida: no aplica
Tarjeta aceleradora de video y memoria dedicada: ATI Mobility Radeon HD4200 con 256 MB
Tamaño de pantalla: 15.6"
Autonomía de la batería*: 1h 51m
Calentamiento promedio en:
Base▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 2.8 kg
Con cargador 3.2 kg
Precio promedio
$14,375
Ranuras para memorias:
SD, MS Pro

▶Aplicaciones
Productividad
Multimedia
Aplicaciones gráficas ✕
Juegos extremos* ✕

▶Otros atributos

NOTAS

1 *Todos los modelos incluyen: conexión inalámbrica por Wi-Fi, WebCam, conexión VGA para conectarle un videoproyector u otra pantalla, unidad óptica capaz de leer y grabar CD, DVD, DVD +DL, puerto de red Ethernet RJ45, micrófono, salida para audífonos y entrada para micrófono y cargador.*

2 *El valor de autonomía de la batería no considera el uso de la conexión Wi-Fi, por lo que al usar esta función la autonomía puede reducirse notablemente dependiendo de las condiciones de conexión inalámbrica.*

3 *El calentamiento indicado se obtuvo al someter la computadora a un trabajo intenso de sus componentes internos, por lo que este resultado puede disminuir según las condiciones de uso.*

4 *Cuando un equipo presenta pantalla con tecnología LED, se indica antes del tamaño de pantalla.*

** Resultado informativo, no afectó la evaluación global del producto.*

Para fines exclusivamente comparativos de nuestro análisis, las pruebas de desempeño aplicadas a las computadoras de la marca Apple se realizaron con el sistema operativo Windows 7 Ultimate 64 bit y no con su sistema operativo nativo Mac OS X.
Los precios fueron tomados del Quién es Quién en los precios de computadoras que puedes consultar completo en la página revistadelconsumidor.gob.mx.

**La nota "Modelo agotado" en el recuadro de precio significa que el modelo no estaba disponible en los puntos de venta para el levantamiento de precios (aunque pueda ser resurtido), o bien que no se encontró exactamente las mismas especificaciones.*

PROGRAMAS DE PRUEBA PARA LA MEDICIÓN DEL DESEMPEÑO EN COMPUTADORAS (BENCHMARK):
PCMARK 2005, PCMARK VANTAGE Y 3DMARK VANTAGE DE FUTUREMARK Y CINEBENCH® R11.5 DE MAXON

Webcam | Teclado completo (con boque numérico) | Teclado reducido | Teclado retro iluminado | Conexión Wi-Fi | Calentamiento ▲▲▲ Muy alto ▲▲ Alto ▲ Medio

COMPUTADORAS PÓRTATILES TIPO NETBOOK

Asus
EeePC 1201N

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium
Microprocesador: Intel Atom 330 a 1.60 GHz
Disco duro: 250 GB
Memoria RAM: 2 GB
Tamaño de pantalla: LED 12.1"
Autonomía de la batería*: 3h 8m
Calentamiento promedio en:
Base▲▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 1.5 kg
Con cargador 1.7 kg
Precio promedio Modelo agotado
Ranuras para memorias:
SD
Otros atributos

Resaltamos
Cuenta con tarjeta aceleradora de video: NVIDIA ION con 256 MB
Productividad

HP
Mini 210-1040LA

Sistema operativo: Windows 7 Starter
Microprocesador: Intel Atom N450 a 1.66 GHz
Disco duro: 250 GB
Memoria RAM: 2 GB
Tamaño de pantalla: 10.1"
Autonomía de la batería*: 5h 9m
Calentamiento promedio en:
Base▲▲▲ Teclado▲▲
Peso
Sin cargador 1.3 kg
Con cargador 1.6 kg
Precio promedio $7,399
Ranuras para memorias:
SD, Ms Pro xD
Otros atributos

Productividad

HP
Mini 210-1035LA

Sistema operativo: Windows 7 Starter
Microprocesador: Intel Atom N450 a 1.66 GHz
Disco duro: 250 GB
Memoria RAM: 2 GB
Tamaño de pantalla: LED 10.1"
Autonomía de la batería*: 2h 23m
Calentamiento promedio en:
Base▲▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 1.2 kg
Con cargador 1.4 kg
Precio promedio $5,999
Ranuras para memorias:
SD, Ms Pro xD
Otros atributos

Productividad

LG
X300

Sistema operativo: Windows 7 Home Premium
Microprocesador: Intel Atom Z550 a 2.00 GHz
Disco duro: 80 GB
Memoria RAM: 1 GB
Tamaño de pantalla: LED 12.1"
Autonomía de la batería*: 2h 4m
Calentamiento promedio en:
Base ▲▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 1 kg
Con cargador 1.2 kg
Precio promedio Modelo agotado
Ranuras para memorias:
SD
Otros atributos

Resaltamos
Equipo ultradelgado y los puertos VGA y Ethernet son externos
Productividad

MSI
U135

Sistema operativo: Windows 7 Starter
Microprocesador: Intel Atom N450 a 1.66 GHz
Disco duro: 160 GB
Memoria RAM: 1 GB
Tamaño de pantalla: LED 10"
Autonomía de la batería*: 2h 10m
Calentamiento promedio en:
Base▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 1.2 kg
Con cargador 1.4 kg
Precio promedio Modelo agotado
Ranuras para memorias:
SD
Otros atributos

Productividad

Sony
Vaio VPCW210AL/L

Sistema operativo: Windows 7 Starter
Microprocesador: Intel Atom N450 a 1.66 GHz
Disco Duro: 320 GB
Memoria RAM: 2 GB
Tamaño de pantalla: LED 10.1"
Autonomía de la batería*: 1h 57m
Calentamiento promedio en:
Base▲▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 1.1 kg
Con cargador 1.3 kg
Precio promedio $8,599
Ranuras para memorias:
SD, Ms Pro Duo
Otros atributos

Productividad

Toshiba
T115D-SP2001M

Sistema operativo: Windows 7 Starter
Microprocesador: AMD Athlon Neo MV-40 a 1.60 GHz
Disco duro: 160 GB
Memoria RAM: 1 GB
Tamaño de pantalla: 11.6"
Autonomía de la batería*: 3h 30m
Calentamiento promedio en:
Base▲▲▲ Teclado▲▲
Peso
Sin cargador 1.5 kg
Con cargador 1.8 kg
Precio promedio $7,445
Ranuras para memorias:
SD, Ms Pro Duo xD
Otros atributos

Resaltamos
Cuenta con tarjeta aceleradora de video: ATI Radeon HD 3200 con 256 MB
Productividad:

Acer
Aspire One D250-1283

Sistema operativo: Windows XP Home Edition
Microprocesador: Intel Atom N270 a 1.60 GHz
Disco duro: 160 GB
Memoria RAM: 1 GB
Tamaño de pantalla: LED 10.1"
Autonomía de la batería*: 2h 23m
Calentamiento promedio en:
Base ▲▲▲Teclado ▲▲
Peso
Sin cargador 1.1 kg
Con cargador 1.4 kg
Precio promedio $4,3,70
Ranuras para memorias:
SD, Ms Pro, xD
Otros atributos

Productividad

SIMBOLOGÍA

Desempeño bajo *Excelente* *Desempeño bajo* *Muy bueno*

Salida HDMI *Número de puertos USB* *Calentamiento* ▲▲▲*Muy alto* ▲▲*Alto* ▲*Medio*

Acer Aspire One A0751h-1971

Sistema operativo: Windows Vista Home Basic
Microprocesador: Intel Atom Z520 a 1.33 GHz
Disco duro: 250 GB
Memoria RAM: 2 GB
Tamaño de pantalla: LED 11.6"
Autonomía de la batería*: 2h 15m
Calentamiento promedio en:
Base ▲ Teclado ▲
Peso
Sin cargador 1.2 kg
Con cargador 1.5 kg
Precio promedio Modelo agotado
Ranuras para memorias:
SD, Ms Pro Duo xD
▶**Otros atributos**
▶**Resaltamos**
Equipo ultradelgado
▶**Productividad**

Asus EeePC T101MT

Sistema operativo: Windows 7 Starter
Microprocesador: Intel Atom N450 a 1.66 GHz
Disco duro: 160 GB
Memoria RAM: 1 GB
Tamaño de pantalla: 10.1"
Autonomía de la batería*: 3h 44m
Calentamiento promedio en:
Base ▲ Teclado ▲
Peso
Sin cargador 1.4 kg
Con cargador 1.6 kg
Precio promedio Modelo agotado
Ranuras para memorias:
SD
▶**Otros atributos**
▶**Resaltamos**
EquipoTablet PC con pantalla táctil (touch)
▶**Productividad**

Asus EeePC 1005HA-PK

Sistema operativo: Windows XP Home Edition
Microprocesador: Intel Atom N270 a 1.60 GHz
Disco duro: 160 GB
Memoria RAM: 1 GB
Tamaño de pantalla: LED 10.1"
Autonomía de la batería*: 2h 57m
Calentamiento promedio en:
Base ▲ Teclado ▲
Peso
Sin cargador 1.2 kg
Con cargador 1.4 kg
Precio promedio $4,645
Ranuras para memorias:
SD
▶**Otros atributos**
▶**Productividad**

Blue Light Ivia 310

Sistema operativo: Windows 7 Premium
Microprocesador: Intel Atom N270 a 1.60 GHz
Disco duro: 160 GB
Memoria RAM: 1 GB
Tamaño de pantalla: 10.1"
Autonomía de la batería*: 2h 30m
Calentamiento promedio en:
Base ▲ Teclado ▲
Peso
Sin cargador 1.2 kg
Con cargador 1.6 kg
Precio promedio $3,999
Ranuras para memorias:
SD, Ms ProxD
▶**Otros atributos**
▶**Productividad**

Dell Inspiron Mini 10 (roja)

Sistema operativo: Windows 7 Starter
Microprocesador: Intel Atom N450 a1.66 GHz
Disco duro: 160 GB
Memoria RAM: 1 GB
Tamaño de pantalla: 10.1"
Autonomía de la batería*: 5h 25m
Calentamiento promedio en:
Base ▲▲▲ Teclado ▲
Peso
Sin cargador 1.4 kg
Con cargador 1.6 kg
Ranuras para memorias:
SD, Ms Pro
▶**Otros atributos**
Precio promedio $5,585
▶**Productividad**

Dell Latitude E2100

Sistema operativo: Windows 7 Enterprise
Microprocesador: Intel Atom N270 a 1.60 GHz
Disco duro: 80 GB
Memoria RAM: 2 GB
Tamaño de pantalla: 10.1"
Autonomía de la batería*: 4h 3m
Calentamiento promedio en:
Base ▲ Teclado ▲
Peso
Sin cargador 1.6 kg
Con cargador 2 kg
Ranuras para memorias:
SD
▶**Otros atributos**
Precio promedio Modelo agotado
▶**Productividad**

Gateway ZG7

Sistema operativo: Windows XP Professional
Microprocesador: Intel Atom N270 a 1.60 GHz
Disco duro: 80 GB
Memoria RAM: 1 GB
Tamaño de pantalla: 8.9"
Autonomía de la batería*: 2h 13m
Calentamiento promedio en:
Base ▲▲ Teclado ▲▲
Peso
Sin cargador 1.1 kg
Con cargador 1.3 kg
Ranuras para memorias:
SD
▶**Otros atributos**
Precio promedio $8,499
▶**Productividad**

HP Mini 210-1028LA

Sistema operativo: Windows 7 Starter
Microprocesador: Intel Atom N450 a 1.66 GHz
Disco duro: 250 GB
Memoria RAM: 2 GB
Tamaño de pantalla: 10.1"
Autonomía de la batería*: 5h 48m
Calentamiento promedio en:
Base ▲▲ Teclado ▲
Peso
Sin cargador 1.3 kg
Con cargador 1.5 kg
Ranuras para memorias:
SD
▶**Otros atributos**
Precio promedio $7,274
▶**Productividad**

COMPUTADORAS PÓRTATILES TIPO NETBOOK (cont.)

Lanix
Neuron LT

Sistema operativo: Windows 7 Home Basic
Microprocesador: Intel Atom N450 a 1.66 GHz
Disco duro: 160 GB
Memoria RAM: 1 GB
Tamaño de pantalla: 10.1"
Autonomía de la batería*: 1h 48m
Calentamiento promedio en:
Base▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 1.2 kg
Con cargador 1.4 kg
Ranuras para memorias:
No presenta
Otros atributos

Precio promedio $6,305

Productividad

LG
X140

Sistema operativo: Windows 7 Starter
Microprocesador: Intel Atom N450 a 1.66 GHz
Disco duro: 250 GB
Memoria RAM: 1 GB
Tamaño de pantalla: 10.1"
Autonomía de la batería*: 4h 52m
Calentamiento promedio en:
Base▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 1.2 kg
Con cargador 1.5 kg
Ranuras para memorias:
SD, Ms Pro
Otros atributos

Precio promedio $5,659

Productividad

Samsung
NP-N210-JA01MX

Sistema operativo: Windows 7 Starter
Microprocesador: Intel Atom N450 a 1.66 GHz
Disco duro: 250 GB
Memoria RAM: 1 GB
Tamaño de pantalla: 10.1"
Autonomía de la batería*: 6h 49m
Calentamiento promedio en:
Base▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 1.3 kg
Con cargador 1.6 kg
Ranuras para memorias:
SD
Otros atributos

Precio promedio $7,499

Productividad

Samsung
NP-N150-JA05MX

Sistema operativo: Windows 7 Starter
Microprocesador: Intel Atom N450 a 1.66 GHz
Disco duro: 250 GB
Memoria RAM: 2 GB
Tamaño de pantalla: 10.1"
Autonomía de la batería*: 4h 54m
Calentamiento promedio en:
Base▲▲ Teclado▲
Peso
Sin cargador 1.2 kg
Con cargador 1.5 kg
Ranuras para memorias:
SD
Otros atributos

Precio promedio $6,899

Productividad

Toshiba
NB305-SP1052M

Sistema operativo: Windows 7 Starter
Microprocesador: Intel Atom N450 a 1.66 GHz
Disco duro: 250 GB
Memoria RAM: 1 GB
Tamaño de pantalla: 10.1"
Autonomía de la batería*: 5h 45m
Calentamiento promedio en:
Base▲▲ Teclado▲▲
Peso
Sin cargador 1.3 kg
Con cargador 1.6 kg
Ranuras para memorias:
SD
Otros atributos

Precio promedio $6,925

Productividad

Toshiba
NB305-SP2001M

Sistema operativo: Windows 7 Starter
Microprocesador: Intel Atom N450 a 1.66 GHz
Disco duro: 160 GB
Memoria RAM: 1 GB
Tamaño de pantalla: 10.1"
Autonomía de la batería*: 2h 2m
Calentamiento promedio en:
Base▲▲▲ Teclado▲▲
Peso
Sin cargador 1.2 kg
Con cargador 1.4 kg
Ranuras para memorias:
SD
Otros atributos

Precio promedio $6,499

Productividad

NOTAS

1 Todos los modelos incluyen: conexión inalámbrica por Wi-Fi, WebCam, conexión VGA para conectarle un videoproyector u otra pantalla, puerto de red Ethernet RJ45, micrófono, salida para audífonos y entrada para micrófono y cargador. Todos los modelos carecen de unidad óptica.

2 Salvo dos modelos que emplean tarjetas aceleradoras de video, el resto emplea memoria compartida de video.

3 El valor de autonomía de la batería no considera el uso de la conexión Wi-Fi, por lo que al usar esta función la autonomía puede reducirse notablemente dependiendo de las condiciones de conexión inalámbrica.

4 El calentamiento indicado se obtuvo al someter la computadora a un trabajo intenso de sus componentes internos, por lo que este resultado puede disminuir según las condiciones de uso.

5 Cuando un equipo presenta pantalla con tecnología LED, se indica antes del tamaño de pantalla.

** Resultado informativo, no afectó la evaluación global del producto.*

Busca el Quién es Quién en los precios

COMPUTADORAS

en **revistadelconsumidor.gob.mx**

¿Que computadora te conviene?

SÓLO LA MEJOR

Si no sabes qué equipo comprar, contesta estas preguntas y te diremos cuál es tu computadora ideal según tus características y necesidades. **Por Daniel Avilés**

INICIA

Decidiste comprar una computadora

Piensa para qué la vas a usar

¿La quieres nada más para ver videos de YouTube?

SÍ

NO

Tal vez no necesitas una computadora. Mejor ahorra para vacacionar.

Aunque han bajado de precio, siguen siendo costosas, ¿estás consciente de ello?

SÍ

NO

¿No tienes nada mejor que hacer?

SÍ

NO

¿En serio?

NO

SÍ

Entonces ponte a trabajar

Aunque los precios varían, considera que será un gasto grande

¿Te dedicas al hogar nada mas?

SÍ

NO

¿Eres estudiante de nivel medio o medio superior?

NO

SÍ

¿Tienes dinero para pagarla?

NO

SÍ

Tus necesidades básicas son procesador de textos, navegación en internet para investigar y comunicarte; y quemador de discos.

Mejor lee un libro

Lo tuyo es una netbook [RAM mediano, procesador mediano, disco duro grande]

¿Tu carrera es diseño grafico, arquitectura o algo similar?

SÍ

NO

¿Te gustan los juegos de video de los buenos?

SÍ

NO

Necesitas una computadora de escritorio [máximo procesador,máximo RAM, monitor grande]

Necesitas una computadora de escritorio [máximo de procesador, máximo de RAM, monitor grande]

¿Necesitas llevar la computadora a tu escuela?

SÍ

NO

Necesitas una laptop [procesador mediano, RAM mediano, quemador de CD o DVD]

Necesitas una computadora de escritorio [procesador mediano, RAM mediano, quemador de CD o DVD]

Cómprese la computadora que quiera, señor Scrooge, usted tiene mucho dinero.

¿Te gusta la Navidad?

SÍ

¿Estás seguro de que necesitas una computadora?

NO

NO

¿Te gusta jugar solitario, investigar o leer el periódico, libros o enciclopedias?

NO

SÍ

NO

¿Te gusta estar en contacto con amigos y familiares que viven lejos?

SÍ

¿Te gustaría crear y editar videos y organizar fotos?

SÍ

NO

Lo tuyo es una computadora de escritorio [RAM mediano, procesador bueno, quemador de CD o DVD y webcam]

Lo tuyo es una computadora de escritorio [RAM mediano, procesador mediano, y webcam]

Tus necesidades básicas son navegación en internet, reproducción multimedia y comunicación.

¿Viajas mucho o estás fuera de casa con frecuencia?

SÍ

NO

Lo tuyo es una netbook [buen procesador, RAM mediano, webcam]

NO

¿Trabajas?

SÍ

¿Tu trabajo requiere el uso de una computadora personal?

NO

SÍ

¿Tu trabajo requiere de edición profesional de audio, video o foto?

SÍ

NO

¿Viajas mucho?

NO

SÍ

Lo tuyo es una computadora de escritorio [máximo RAM, máximo procesador, disco duro bueno, quemador de DVD, monitor grande]

Lo tuyo es una laptop [máximo RAM, máximo procesador, máximo disco duro, quemador de DVD, pantalla grande]

¿Eres estudiante de Universidad?

NO

¿Estás desempleado?

SÍ

¿Dirigiste a la selección de futbol en el Mundial?

SÍ

Ni modo, señor Aguirre. Suerte con su siguiente equipo.

NO

NO

¿La quieres sólo para usar internet, aplicaciones sencillas y jugar Solitario?

SÍ

NO

Lo tuyo es una netbook [mínimo de RAM, mínimo de procesador]

Lo tuyo es una computadora de escritorio [RAM mediano, procesador mediano, disco duro mediano]

¿Vas a usar la computadora para buscar trabajo?

NO

SÍ

Tal vez lo tuyo sea una computadora de escritorio [mínimo procesador, mínimo RAM]

Quizá sólo debes ir a un café internet.

¿Viajas mucho?

SÍ

NO

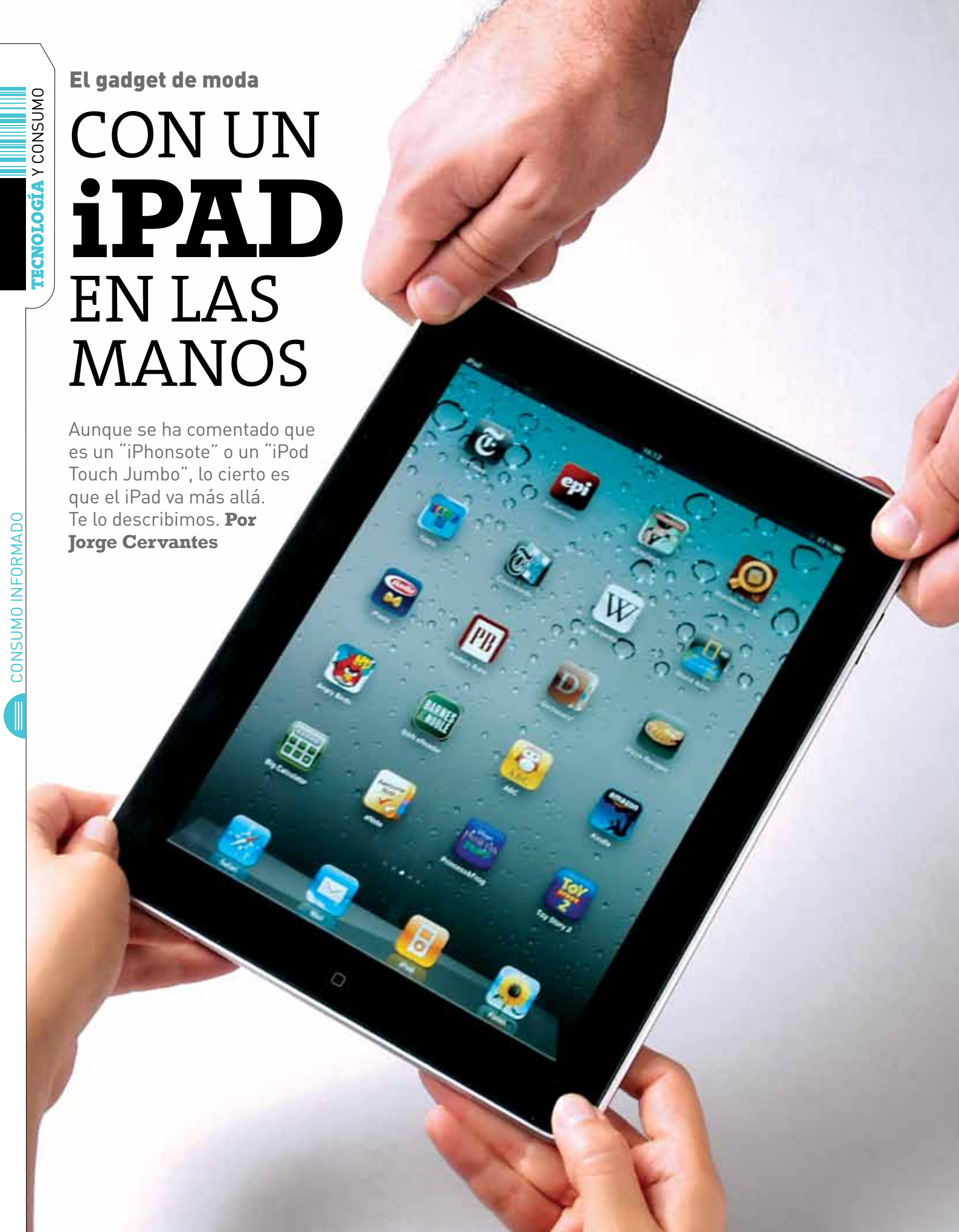
Lo tuyo es una computadora de escritorio [buen procesador, buen RAM, disco duro mediano, wi-fi integrado, monitor normal, lector y quemador de DVD]

Lo tuyo es una laptop [máximo procesador, buen RAM, buen disco duro, pantalla mediana, lector y quemador de DVD]

El gadget de moda

CON UN iPAD EN LAS MANOS

Aunque se ha comentado que es un "iPhonsote" o un "iPod Touch Jumbo", lo cierto es que el iPad va más allá. Te lo describimos. **Por Jorge Cervantes**



Cuando lo sacas de la caja, lo primero que buscas son los audífonos: no vienen incluidos, sólo viene un cable para conectarlo a la computadora, se trata de un USB que también se conecta con un eliminador, un cuadrito semejante al de las Mac pero en miniatura.

Mucho se ha escrito en blogs que Apple vende experiencias, más que aparatos. Así que cuando lo prendes y sale el clásico icono de la manzana, empieza la emoción.

Su diseño es elegante, ligero y fácil de usar, después de varios iPod Touch y iPhone, Apple ha rediseñado su tecnología táctil, haciéndolo mucho más sensible para una pantalla LED de 9.7 pulgadas, lo suficientemente sensible para responder bien a un roce leve o a dedos firmes.

La primera aplicación que pruebas es Google Maps, la cual permite descubrir el potencial gráfico e interactivo del iPad, la sensación de hacer zoom con los dedos y manipular los mapas.

Otras aplicaciones que vienen por default son: Mail, con la que puedes configurar tus cuentas de correo de Gmail, Yahoo, AOL y otros, incluso de Microsoft Exchange, para que lo uses como extensión de la oficina, si lo deseas, y resuelvas asuntos urgentes desde donde te encuentres.

Viene con Safari, navegador por default de Apple, que es rápido y eficiente, y aunque no se pueden ver las páginas que usan Flash, permite una experiencia de navegación bastante buena.

Para archivos multimedia, incluye cinco aplicaciones básicas: iTunes, YouTube, iPod, fotos y videos, y también por default tiene otras de productividad, como un calendario, un bloc de notas y una libreta de contactos. Las bocinas suenan muy bien y la imagen es de excelente resolución.

Su tecnología *multitouch* permite hacer cosas muy interesantes con varios dedos a la vez, de tal suerte que cuando se están buscando las fotos, jugando, organizando archivos, dando clic en un link o leyendo un libro, el iPad responde a los dedos y hace lo que se le pide. No es muy difícil de utilizar, incluso personas que no son muy adeptas a la tecnología pueden empezar a usarla rápidamente de manera intuitiva.

Prácticamente no hay retrasos en los programas, si bien depende de las aplicaciones, responde muy rápido (inmediatamente en la mayoría de los casos) y esto es uno de los grandes valores agregados en los que supera a cualquier dispositivo móvil.

Sabe darse su lugar

El iPad sabe exactamente dónde está: no sólo conoce su posición en la tierra, también sabe la inclinación y calcula perfectamente cuando debe desplegar la aplicación de manera horizontal o vertical. Casi cualquier aplicación puede sacar ventaja de estas capacidades. Por ejemplo, puedes transmitir tu ubicación a través de redes sociales, o encontrar un restaurante con los mapas.

Más que aparatos, Apple vende experiencias. Así que cuando prendes tu iPad y aparece el icono de la manzana, empieza la emoción

Es cierto que es un gadget diseñado para maravillar al usuario desde el principio, pero lo interesante comienza cuando tocas el icono de la App Store, ya que hay una buena cantidad de aplicaciones gratuitas.

Puedes leer libros, entrar a Facebook, descargar decenas de aplicaciones de Twitter, consultar información en Wikipedia, recibir noticias de agencias y otros medios como periódicos y revistas: *Men's Health, National Geographic, Newsweek, New York Times, WSJ*...

Aplicaciones y juegos hay muchos: desde una calculadora gigante, enfrentamientos entre zombis y aliens, romper burbujas de plástico, damas chinas, consultar el diccionario, jugar gato, actualizar tu blog de WordPress, aprender idiomas, leer la Biblia, el Corán y otros libros sagrados, chatear, dibujar, administrar tus redes sociales y buscar vuelos.

Se pueden correr todas las aplicaciones para iPhone, a veces en tamaño normal y a veces a un tamaño 2x, aunque se pixelan un poco si los desarolladores no las han optimizado aún para el iPad. Las aplicaciones a la venta tienen un precio entre $10 y $30, y hay algunas que se disparan a $100 cuando son muy populares como el juego *Plantas vs. Zombis*.

Adentro del iBook Store, las revistas y los libros cuestan lo mismo que los impresos. La experiencia de su lectura te da la sensación de estar en el futuro y ayudas a no matar más árboles, y aunque la cantidad de títulos aún no es muy grande, puedes encontrar clásicos de la literatura mientras esperamos a que se sumen más libros.

Aunque puedes conectarle un teclado que cuesta unos $600, es complicado escribir en él con rapidez, ya que no responde con la velocidad que esperaríamos, sobre todo después de ver otras aplicaciones.

En cuanto a la conectividad, se puede elegir entre comprar una, que sólo sea Wi-Fi y una WiFi+3G, que baje datos por redes de telefonía celular sin depender de hotspots. La alternativa es contar con un router ultraportátil. Así no es necesario encontrar conexiones de terceros y gastar de más.

No cuenta con cámara, pero existe un iPad Camera Connection Kit que te permite conectarle un lector de Micro SD o una cámara a través de USB.

Ahora, también la puedes ocupar como teléfono... Si usas Skype, puedes hacer llamadas gratuitas a otros usuarios sobre internet o a teléfonos fijos y celulares con Skype Out, y comprar paquetes para recibirlas con Skype In.

Con nuevas aplicaciones que aparecen a diario y cada vez más formas de usarlo, el iPad es un gran gadget para rato.

Fotos José Rodríguez

CONSUMÁN

DEFENSOR DE LOS DERECHOS DE LOS CONSUMIDORES

HOY LES PRESENTAMOS:

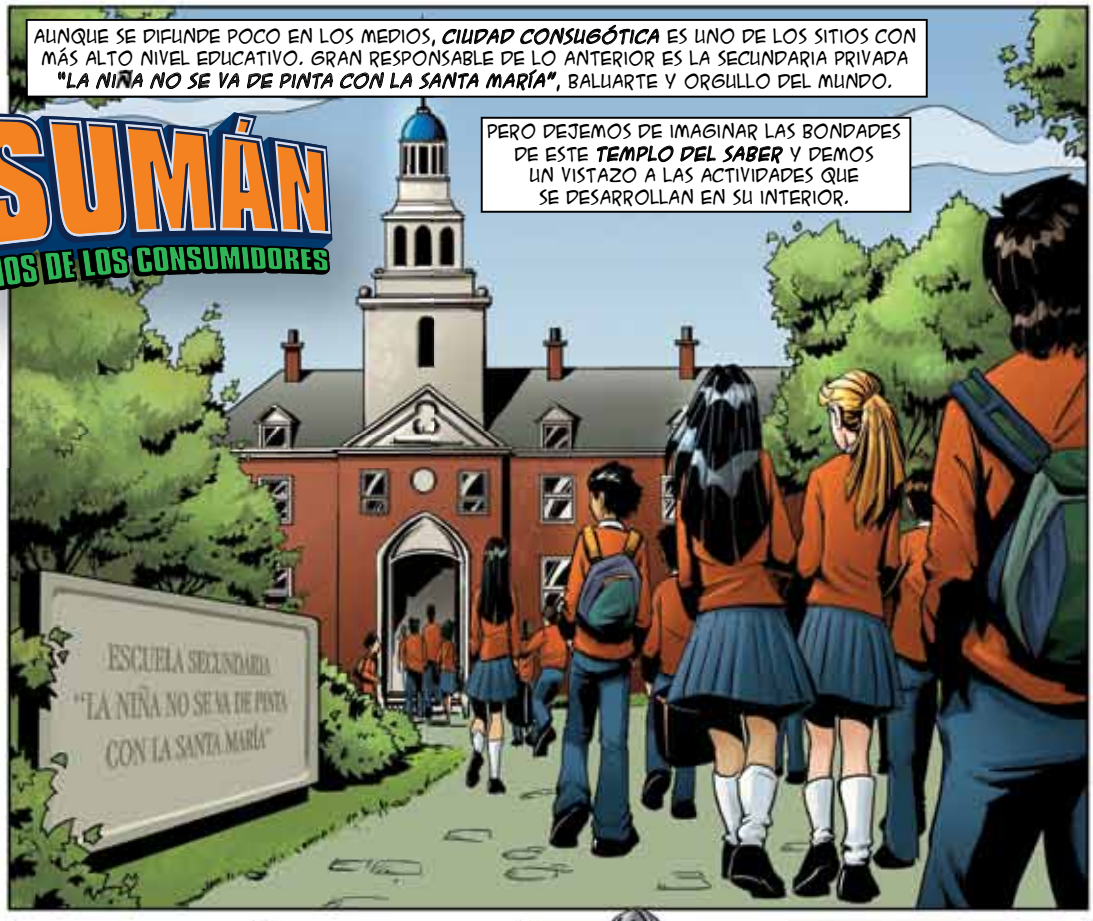
¡CONTRA LA CONSPIRACIÓN ESCOLAR!

NÚMERO

2

EDICIÓN DE COLECCIÓN

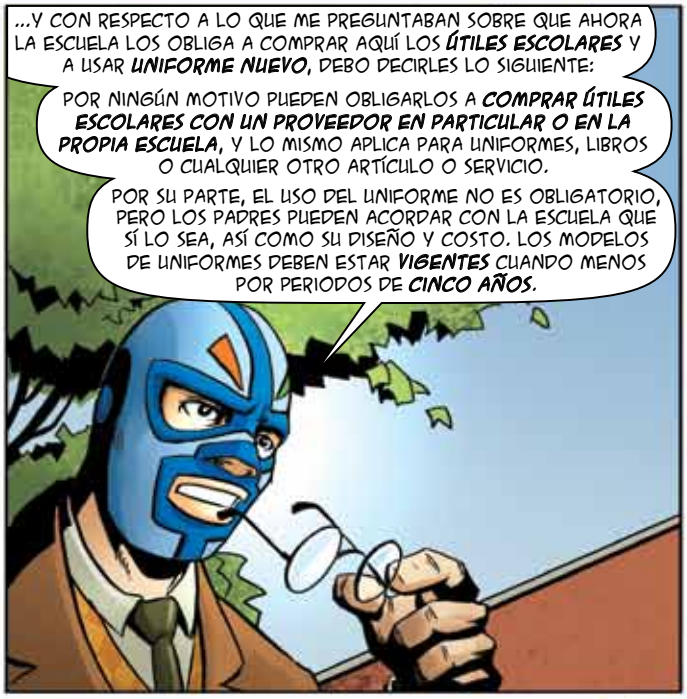
Guión: Mr. Ruiz
Dibujos: JC Chaparro



MÁS TARDE, EN LA SALA DE MAESTROS...
LOS HE CONVOCADO A ESTA IMPORTANTE REUNIÓN PARA COMUNICARLES QUE, A PARTIR DE HOY EN LA TARDE, SUBIRÁN LAS COLEGIATURAS, SERÁ OBLIGATORIO EL UNIFORME COMPLETO Y NADIE PODRÁ ESCRIBIR SI NO ES EN UN CUADERNO COMPRADO EN ESTA HEROICA INSTITUCIÓN EDUCATIVA.
ADEMÁS, TODOS USTEDES DEBERÁN CAMBIARSE DE ROPA INTERIOR CADA DOS HORAS E IRSE DE COJITO HASTA SU CASA.
PERO ESO NO ESTÁ PERMITIDO, SEÑOR DON DUEÑO. ADEMÁS, USTED ERA UN DEFENSOR DE LOS DERECHOS DE LOS ALUMNOS...
¿QUÉ LE PASÓ? SNIF.
AQUÍ SE HACE LO QUE YO DIGO... AHORA, DÍGANLES A LOS ALUMNOS LA NUEVA SITUACIÓN. SI ALGUNO DE USTEDES NO LO HACE... ¡CUELLO! POR CIERTO, CUANDO NO ESTÉ, DEBEN SEGUIR LAS ÓRDENES DE MI NUEVA MANO DERECHA...
A UNOS CUANTOS METROS DE LA SALA DE MAESTROS...
JEJEJEJE...
NADIE SE IMAGINA QUE LAS ÓRDENES QUE ACABA DE DAR EL DUEÑO FUERON INDUCIDAS POR MÍ Y MI CONTROL MENTAL SOBRE CUALQUIER SER ANIMADO E INANIMADO.
MUCHOS CREEN QUE SOY UN SIMPLE CONSERJE, TIERNO Y AFABLE. PERO LO QUE NADIE SABE ES QUE, ADEMÁS DE SER LA NUEVA MANO DERECHA DEL DUEÑO...
FZZZT!
...SOY ¡EL CONSERBERO, Y VOY A VENGARME DE ESTA ESCUELA POR TODOS LOS APODOS QUE ME PUSIERON DE NIÑO!
DEBEMOS EVITAR QUE ESTO SUCEDA. EL SEÑOR DON DUEÑO ESTÁ POSEÍDO POR ALGUNA FUERZA MALIGNA... TIENE LOS OJOS DE SAPO MIRANDO AL ESTANQUE.
PERO, ¿QUÉ PODEMOS HACER? SI NO HACEMOS LO QUE NOS DICE EL DUEÑO, PERDEREMOS NUESTRO TRABAJO...
NO SE PREOCUPEN, CONOZCO A LA PERSONA INDICADA PARA AYUDARNOS EN ESTE PREDICAMENTO EDUCATIVO.
AL DÍA SIGUIENTE, EN EL SALÓN DE CLASES PRINCIPAL...
...Y COMO SE LOS HE REPETIDO EN LAS PASADAS CUATRO HORAS, EL ORIGEN DE LOS CONSUCHACRAS SE BASA EN LA ANTIMATERIA, MISMA QUE, SE CREE, DIO ORIGEN AL BIG BANG Y AL ASIENTO DE LAS TLAYUDAS.
QUIERO QUE PARA MAÑANA ME TENGAN UN INFORME COMPLETO SOBRE...
POR CIERTO, ¿DÓNDE ESTÁN SUS DEMÁS COMPAÑEROS?
NO LOS DEJARON ENTRAR, MAESTRO CONSUMÁN, QUE DIZQUE PORQUE NO CUMPLIERON CON EL NUEVO REGLAMENTO DE LA ESCUELA.

ESTO NO ES POSIBLE. POR MUY PRIVADAS QUE SEAN, LAS ESCUELAS DE PAGA **NO DEBEN CAMBIAR LAS NORMAS DE UN DÍA PARA OTRO.**
ES MOMENTO DE ACLARAR ESTA SITUACIÓN Y HACER JUSTICIA A LOS CONSUMIDORES DE ESTA ESCUELA... EN LA QUE YO CURSÉ MIS ESTUDIOS... ¡AH, QUÉ TIEMPOS...!
MAISTRO LONGANI... DIGO, **MAESTRO CONSUMÁN...** LOS DEMÁS ESTÁN AFUERA DE LA ESCUELA... PODEMOS PREGUNTARLES POR QUÉ NO LOS DEJARON PASAR.
MAESTRO CONSUMÁN... DEBE AYUDARNOS, NO HEMOS HECHO NADA Y QUIEREN DEJAR A NUESTROS HIJOS SIN SUS CLASES. NO HUBO **NINGUNA CIRCULAR** QUE NOS INFORMARA SOBRE LOS CAMBIOS...
QUERIDOS Y PREOCUPADOS PADRES, DEBEN SABER LO SIGUIENTE: LA ESCUELA TIENE LA OBLIGACIÓN DE INFORMARLES **POR ESCRITO**, Y PREVIAMENTE, SOBRE TODOS LOS TEMAS QUE ATAÑEN LA VIDA ESCOLAR DE SUS HIJOS, ASÍ COMO ALGÚN CAMBIO QUE SE PRESENTE DURANTE EL PROCESO.
AY, QUÉ BONITO HABLA TU **MAESTRO**, MIJO. ¿CREES QUE HAYA MANERA DE QUE VAYA A REGULARIZARTE A LA CASA?
NOS ACABAN DE SUBIR LA COLEGIATURA Y NO TENEMOS DINERO PARA CUBRIR LOS NUEVOS COSTOS... ¿QUÉ NOS ACONSEJAS, ¡OH!, **REENCARNACIÓN DE BALDOR**?
ESO VIOLA EL **"ACUERDO QUE ESTABLECE LAS BASES MÍNIMAS DE INFORMACIÓN PARA LA COMERCIALIZACIÓN DE LOS SERVICIOS EDUCATIVOS QUE PRESTAN LOS PARTICULARES"** DE LA **SEP**.
LA COLEGIATURA **NO PUEDE SUBIR A MITAD DEL CICLO ESCOLAR** SIN JUSTIFICACIÓN Y SIN CONTAR CON LA APROBACIÓN DE LA MAYORÍA DE LOS PAPÁS.
EN CASO DE QUE LA ESCUELA PLANEE AUMENTAR LA COLEGIATURA EN EL PRÓXIMO CICLO ESCOLAR, DEBERÁ DE AVISARLE DIRECTAMENTE O POR MEDIO DE LA ASOCIACIÓN DE PADRES DE FAMILIA, **CUANDO MENOS 60 DÍAS ANTES DEL PERIODO DE REINSCRIPCIÓN.**
ADEMÁS, LA ESCUELA DEBE FIJAR EL MONTO DE LA COLEGIATURA EN MONEDA NACIONAL Y ACEPTAR SU PAGO DENTRO DE LOS PRIMEROS **10 DÍAS** NATURALES DEL MES **SIN RECARGO ALGUNO.**
CONSUMÁN, PENSÉ QUE ERA UN SUEÑO, PERO LA TERRIBLE VERDAD HA TOCADO LAS PUERTAS DE MI PARADÓJICA REALIDAD: RESULTA QUE MI VÁSTAGO NO PUEDE USAR EL LABORATORIO DE MECÁNICA CUÁNTICA, PUES NO HA PAGADO LA **NUEVA CUOTA ESPECIAL.** ¿QUÉ HAGO ANTE TAL PREDICAMENTO?
ANTES QUE NADA, EL ÚNICO QUE PUEDE HABLAR BONITO SOY YO.
EN SEGUNDA: LA COLEGIATURA DEBE CUBRIR **TODOS LOS SERVICIOS NECESARIOS** PARA QUE TU HIJO PUEDA CUMPLIR CON LOS PLANES Y PROGRAMAS DE ESTUDIO, LAS PRÁCTICAS DEPORTIVAS DENTRO DEL HORARIO DE CLASES Y EL USO DE BIBLIOTECAS, LABORATORIOS, TALLERES, MATERIALES Y EQUIPOS.
SEÑOR DON CONSUMÁN, SÉ QUE ESTO NO VIENE AL CASO, PERO FÍJESE QUE MUY PRONTO VAMOS A MUDARNOS A OTRA CIUDAD, Y ME PREGUNTABA SI LA ESCUELA NOS PODÍA REGRESAR LA INSCRIPCIÓN.
SEÑORA MÍA, CLARO QUE SU COMENTARIO VIENE AL CASO. SI LE AVISA A LA ESCUELA CUANDO MENOS **DOS MESES ANTES** DEL INICIO DE CLASES EN LOS CICLOS ESCOLARES DE UN AÑO, Y **UN MES** EN CICLOS MENORES, ÉSTA TIENE QUE DEVOLVERLE LA CANTIDAD QUE PAGÓ POR INSCRIPCIÓN O REINSCRIPCIÓN.

¡ARGH! ESE ENTROMETIDO LUCHADOR QUIERE DESTRUIR MIS PLANES. PERO NO VOY A PERMITIRLO. USARÉ MI CONTROL MENTAL PARA APODERARME DE ESA A QUIEN LLAMAN DOÑA EUSTAQUIA.
ELLA, JUNTO CON EL DUEÑO, SE ENCARGARÁN DE DESTRUIR A CONSUMÁN PARA QUE NADIE DESCUBRA QUE ESTOY DETRÁS DE TODO ESTO.


...Y CON RESPECTO A LO QUE ME PREGUNTABAN SOBRE QUE AHORA LA ESCUELA LOS OBLIGA A COMPRAR AQUÍ LOS ÚTILES ESCOLARES Y A USAR UNIFORME NUEVO, DEBO DECIRLES LO SIGUIENTE:
POR NINGÚN MOTIVO PUEDEN OBLIGARLOS A COMPRAR ÚTILES ESCOLARES CON UN PROVEEDOR EN PARTICULAR O EN LA PROPIA ESCUELA, Y LO MISMO APLICA PARA UNIFORMES, LIBROS O CUALQUIER OTRO ARTÍCULO O SERVICIO.
POR SU PARTE, EL USO DEL UNIFORME NO ES OBLIGATORIO, PERO LOS PADRES PUEDEN ACORDAR CON LA ESCUELA QUE SÍ LO SEA, ASÍ COMO SU DISEÑO Y COSTO. LOS MODELOS DE UNIFORMES DEBEN ESTAR VIGENTES CUANDO MENOS POR PERIODOS DE CINCO AÑOS.

LA ESCUELA TAMPOCO PUEDE EXIGIR LIBROS, ÚTILES ESCOLARES O UNIFORMES NUEVOS.
LO ÚNICO QUE PUEDEN PEDIR ES QUE LOS LIBROS CORRESPONDAN A EDICIONES ACTUALIZADAS Y QUE LOS UNIFORMES, ASÍ COMO LOS ÚTILES, SE ENCUENTREN EN BUEN ESTADO.

Y ES POR TODO ESO QUE ES UNA INJUST...
SÍ, AMO, DE INMEDIATO. ¡HACERLE MANITA DE PUERCO A CONSUMÁN! ¡HACERLE MANITA DE PUERCO A CONSUMÁN!

HASTA AQUÍ LLEGÓ TU CARRERA MAGISTERIAL, ENMASCARADO DE PORRA.
¿QUÉ LE PASA, DOÑA EUSTAQUIA? LE DIJE QUE NO SE COMIERA ESOS CACAHUATES CAPEADOS CON HUEVO Y CHORIZO. ¡AYAYAYAYA... YA NO ME APRIETE!
ESTOY SEGURO QUE SE TRATA DE ALGÚN TIPO DE CONTROL MENTAL... PUES EL DUEÑO, QUIEN DIO LAS ÓRDENES PARA QUE SUBIERA LA COLEGIATURA, TAMBIÉN ME QUIERE MANCHAR LA MÁSCARA...
¡AH, YA SÉ! USARÉ MIS CONSUCHACRAS PARA LIBERARLOS DE ESE PODER MALIGNO.

¿QUÉ PASÓ? AY, PERDÓN POR HACERTE MANITA DE PUERCO, CONSU, PERO ALGUIEN SE METIÓ A MI CABEZA Y ME ORDENÓ QUE LO HICIERA.
¿FUE UNA PESADILLA O EN VERDAD ORDENÉ QUE SE SUBIERA LA COLEGIATURA Y TODAS LAS DEMÁS ATROCIDADES?
SABÍA QUE ALGUIEN ESTABA DETRÁS DE ESTO... AHORA, DÍGANME, ¿QUIÉN SE METIÓ EN SUS CABEZAS?

¡FUE ÉL!

FZZZT!
SÍ, SOY YO, CONSERBERO, QUIEN ESTÁ DETRÁS DE ESTE COMPLOT EDUCATIVO. HARÉ LO QUE ESTÉ EN MIS MANOS PARA QUE CIERREN ESTA ESCUELA, QUE TANTO DOLOR ME CAUSÓ. MIREN QUE HACERME CALZÓN CHINO TODOS LOS DÍAS.
Y AHORA, CONSUMÁN, GRACIAS A MIS PODERES DE CONTROL SOBRE OBJETOS ANIMADOS E INANIMADOS, RECIBE MI TÉCNICA MÁS DESTRUCTIVA:
¡TSUNAMI LIMPIADOR!
TU PODER ES INCREÍBLE, CONSERBERO, PERO NADA SE COMPARA CON LA ENERGÍA QUE ME DAN MIS CONSUCHACRAS... Y MI NUEVO OLOR A LAVANDA.
PONTE FLOJITO Y RECIBE MI TÉCNICA #7,653...
¡ZAPE NUCLEAR!
¡ZAPE!

Si después de todos los consejos de Consumán se niegan a atender tu reclamación, no dudes en acudir a tu delegación Profeco más cercana, o llamar al Teléfono del Consumidor: 5568 8722 desde el DF y área metropolitana o al 01 800 468 8722 larga distancia sin costo desde cualquier parte del país. Escribe a asesoria@profeco.gob.mx y visita: profeco.gob.mx y revistadelconsumidor.gob.mx

Ve

Cola
TELMEX
MANEL
Nestlé
HUGGIES
Chupa Chups
Kellogg's
KFC
SAINT LAUREN
dob©

El poder global de los logotipos

ndedor de sentimientos

Quiere meterse en tu mente, que lo recuerdes. La misión del logo, más que vender productos, es despertar en ti algo que te motive a que lo prefieras. Le damos un vistazo a cómo trabaja el elemento más seductor de la publicidad. **Por Armando Aguilar. Ilustraciones de Patricio Betteo**

Cualquiera que haya pegado estampas de superhéroes, deportistas o cantantes en sus cuadernos ya conoce el potencial de los logos. Esas calcomanías cumplían, de alguna forma, la misma misión que cumplen hoy los logotipos de las poderosas marcas globales: dejar claro a todo el mundo que ese artículo pertenece o proviene de alguien. Claro que en el salón de clases se trataba de algo mucho más sencillo, así que todos sabían de quién era la libreta plagada con imágenes de Hello Kitty. Pero actualmente, en un mundo donde existen más de cinco mil lenguas escritas o habladas, los logotipos son una de las herramientas de comunicación más eficaces para alcanzar la universalidad: el logotipo de Coca-Cola ha logrado, por ejemplo, que el nombre de la marca sea la palabra más conocida en el mundo, sólo después de la expresión "OK".

Metáforas visuales

Hace un par de años, el Victoria and Albert Museum de Londres compró por 92 mil 500 dólares el logotipo original de los Rolling Stones, el famoso "lips logo" que fue inspirado por la boca de Jagger. "Cara a cara con él, lo primero que llamaba la atención era el tamaño de sus labios y boca", dijo en su momento John Pasche, quien en 1970 diseñó el que se convertiría en el logo más famoso de la historia del rock.

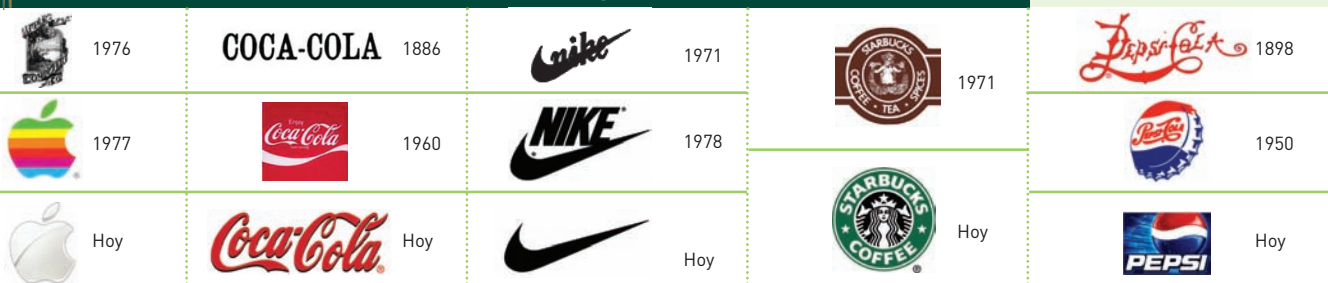
Un logotipo debe ser un elemento que concrete de un solo golpe un enorme poder de significación. Gerarld Zaltman, el prominente profesor de conducta del consumidor de Harvard lanzó una premisa: "La mayoría de la comunicación (70 a 90%) es no verbal, la imaginería visual ha demostrado ser mucho más poderosa que la comunicación verbal para afectar tanto a la percepción como a la memoria". Otra premisa de Zaltman es que las metáforas son una herramienta básica para representar un pensamiento o idea. Cuando vemos el logo de los Stones y todo lo que representa la imagen de Jagger, bien podríamos hablar de que Pasche logró una auténtica metáfora visual.

Las marcas buscan comunicarse con los consumidores mediante imágenes, así que su logotipo es la carta de presentación de una compañía ante nuestros ojos. "Las marcas, como los libros, tienen una historia que contar. Si una marca fuera, digamos, un libro, el logo sería su portada", se lee en el libro *Claves del diseño. Logos 01*, creado por la firma internacional de diseño Capsule. Un buen logotipo, que es el arma más poderosa e indispensable en la imagen de un producto o servicio, debe transmitir toda una empresa de información en un instante, tiempo que está obligado a aprovechar para estimular la percepción del consumidor y alojarse en su inconsciente.

Cómo nos "llegan" los logos

Los logotipos son una parte muy importante de la ecuación para llegar al cliente. Como el logo encarna el significado de la marca (difunde sus atributos más deseables y facilita su identificación), es de esperarse que le ayudará al consumidor a tomar decisiones. "La pretensión al crear un logo es 'vender' un producto despertando 'sentimientos' y sensaciones que permitan al consumidor elegir nuestra marca por encima de la competencia,

PASOS A LA FAMA *Así nacieron los logos más conocidos del mundo.*



APPLE

El primer logotipo de Apple (Newton sentado a la sombra de un árbol con la famosa manzana) fue desestimado muy pronto debido a que se consideró muy complejo. Así que Steve Jobs recurrió a la agencia Regis McKenna en dónde se creó el logo de la manzana de arco iris, que fue el primer paso para llegar a la manzana mordida que hoy conocemos.

COCA-COLA

Sobre el logotipo más famoso del planeta se sabe que fue Frank Robinson (contador de John S. Pemberton, el farmacéutico creador de la bebida) quien le puso nombre al producto y lo escribió en su tan distintivo estilo. El dinámico listón, conocido como "The Coke Wave" se incluyó en el logo en 1970. Curioso: en 1886, su primer año, la empresa sólo vendía nueve vasos de la bebida al día.

NIKE

Phil Knight fundó Blue Ribbon Sports en 1964 con la intención de vender calzado barato para atletismo de Japón a Estados Unidos. Para 1971 Blue Ribbon Sports cambió su nombre a Nike y creó su famoso logotipo *Swoosh*, diseñado por Carolyn Davidson. La leyenda cuenta que años después de pagarle sólo 35 dólares por su trabajo, Knight la recompensó con acciones de la compañía.

STARBUCKS

El fenómeno de consumo de café Starbucks comenzó en 1971 cuando se abrió la primera cafetería en el Pike Place Market en Seattle, Washington. Su inconfundible logo representa, precisamente, el medio ambiente en el cual fue establecida la empresa. La sirena y el agua que pueden deducirse en el logotipo, se remonta a la antigua tradición marinera de transportar el café.

PEPSI

El primer logotipo de la bebida inventada por el farmacéutico Caleb Gram fue sólo tipográfico y así continuó, con algunos cambios, hasta 1950. Pepsi hizo historia en el ámbito de la publicidad por dos cosas: fue la primera marca en contar con un jingle publicitario y la primera en incluir a una celebridad dentro de sus campañas publicitarias.

“El logotipo encarna el significado de la marca y difunde sus atributos más deseables”

IBM	MASTERCARD	GOOGLE	MCDONALD’S	WALMART
1947	1972	1998	1955	1964
1972	Hoy	2007	Hoy	1992
Hoy		Hoy		Hoy
Si consideramos las empresas que precedieron a lo que hoy es IBM, su logo tiene una larga historia que contar. Aquí el primer logotipo cuando era Internacional Time Recording y aquéllos cuando ya se reconoce como International Business Machines.	En 1966, 17 banqueros se reunieron para llegar a un acuerdo: la aceptación recíproca de sus tarjetas de crédito. Así crearon la Interbank Card Association. En 1969 la Asociación cambió su nombre a Master Charge y su logotipo se acercó mucho más al logotipo de MasterCard que hoy conocemos.	Levantar un gigantesco imperio sobre un proceso facilitado de búsquedas. Así de sencillo. Y Google refleja esta estrategia en su logo: de manera muy simple puede complementarse (o transformarse) con eventos, conmemoraciones o lo que sea.	McDonald’s comenzó en 1955 cuando Ray Kroc, su fundador, abrió el primer restaurante en Illinois. Hoy sus arcos dorados son uno de los logotipos más reconocibles del mundo. El mérito de crear tal icono recayó en Jim Schindler en 1962. Se dice que el concepto de los arcos dorados fue concebido para crear la idea de que tener una franquicia de McDonald’s era tener una mina de oro.	El primer logotipo de la cadena de tiendas más grande del planeta utilizó el tipo de letra que mejor le acomodaba a la imprenta. Seguramente Sam Walton, su fundador, no se imaginaba lo que estaba creando. Su primer logo oficial fue conocido como el «Frontier Font Logo”, presentado en el 64.

10 marcas más valiosas

El poder global de sus logotipos es indiscutible y en buena medida éstos han colaborado para convertirlas en las mejores marcas del año pasado, según la consultora Interbrand:

Coca-Cola

Valor de la marca (en miles de millones de dólares)

$68.7

- IBM → **$60.2**
- Microsoft → **$56.6**
- General Electric → **$47.7**
- Nokia → **$34.8**
- McDonald's → **$32.2**
- Google → **$31.9**
- Toyota → **$31.3**
- Intel → **$30.6**
- Disney → **$28.4**

cautivando con su estética, colores y formas, ya sea que se trata de una empresa, un producto tangible o intangible", afirma Manuel Rodríguez, especialista en marketing digital y director general de Pixel GD México.

Claves del diseño. Logos 01 ofrece tres criterios básicos que un diseño de logotipos debe cumplir: sencillez, metáfora y originalidad. "Entre más sencillo sea, será más fácil de recordar, las metáforas son, en esencia, un sistema mnemotécnico de asociación, la originalidad se hace notar y por lo tanto se fija en la mente". Así entonces, los logotipos que mejor capta el espíritu de nuestros deseos como clientes son aquéllos que evitan bombardearnos con información que no podremos digerir, aquéllos cuya rebeldía con causa nos sorprende al presentarnos algo diferente y que nos cuenta una historia, en términos deducibles, detrás de la marca.

Uno de los logotipos globales que mejor cubre estos puntos es el famoso *Swoosh* de Nike: difícilmente se puede encontrar una imagen más sencilla y original con todo ese poder global que la famosa "palomita" tiene. Todo un mérito para un logotipo que, por cierto, fue diseñado por Carolyn Davidson por la ridícula cantidad de 35 dólares, pero que es la insignia de una marca que, de acuerdo con la consultora en marcas Interbrand, hoy vale más de 13 mil millones de dólares. *Swoosh* es la prueba contundente de que el lenguaje de los logotipos no depende tanto del número de palabras como del número y de la intensidad de las emociones que provoca. "Un logotipo que es capaz de generar una excelente recordación en el consumidor, ya sea por su apariencia, colores, formas, estrategias de difusión y

“Los logotipos no sólo buscan venderte un determinado producto o servicio, buscan provocar en ti emociones y hasta sentimientos”

sensaciones que produzca, siempre llevará a que la marca sea elegida por encima de los competidores”, afirma el especialista Manuel Rodríguez.

El caso Adidas vs. Nike

No basta con diseñar el mejor logo, hay que ponerlo en el lugar correcto. La rivalidad entre Adidas y Nike puede develar algunas estrategias que suelen utilizarse para potenciar el poder de los logotipos. Adidas fue la primera empresa en entregar tenis gratuitos a los mejores atletas, pero su innovación de marketing más redituable fue firmar contratos para convertirse en marca oficial de eventos globales como los juegos olímpicos. “El atleta estadunidense Jesse Owens consiguió cuatro medallas de oro en Alemania 1936 ante los ojos de un irritado Adolfo Hitler; las fotos que mostraban a Owens calzando sus tenis Adidas fueron reimpresas en todo el mundo”, lo anterior puede leerse en el libro *Liderazgo de Marca,* escrito por David A. Aaker y Erich Joachimsthaler. Las zapatillas y logotipo de Adolf Drassler, fundador de Adidas, cumplían su objetivo: situarse en el círculo de atletas ganadores admirados por todo el mundo.

Justo ahora nuestra selección nacional de futbol acaba de vender miles de camisetas verdes, blancas y negras producidas por Adidas gracias a la expectativa que México despertó entre los millones de aficionados. La tradicional estrategia de ser patrocinador oficial de los grandes eventos deportivos continúa: la marca de las tres líneas se ha encargado de fabricar el balón oficial, de equipar a los árbitros y a todos los voluntarios durante Sudáfrica 2010, el primer campeonato mundial de futbol que se realiza en el continente africano, un mercado interesante para exhibir su logo.

Uno de los ejemplos más ilustrativos de cómo un logotipo colocado en el mejor lugar puede ser un negocio muy redituable es la relación Nike-Michael Jordan. A finales de 1984, Nike firmó con Jordan un contrato por cinco años y un millón de dólares. Para esa época, el asunto parecía una locura que incluso la prestigiada revista *Fortune* calificó como un error de cálculo de la empresa. Sin embargo, Jordan superó todas las expectativas y terminó por convertir ese millón de dólares en toda una ganga para Nike: en el primer año, tan sólo la venta de la línea de tenis Air Jordan, con la imagen del mejor basquetbolista de todos los tiempos acompañada, por su puesto, por el *Swoosh,* recuperó la inversión. En la actualidad Nike, siguiendo su tradición de invertir en estrellas más que en eventos, ha ligado su logotipo a deportistas como Kobe Bryant, Cristiano Ronaldo, LeBron James y Roger Federer, tipos exitoso y explosivos con personalidades a seguir. Ahondar en la emoción de los deportes ha sido, desde siempre, parte de la mística de Nike.

¿Qué fue primero, el logo o el producto?

Los logotipos no sólo buscan venderte un determinado producto o servicio, buscan provocar en ti emociones y hasta sentimientos. Uno de los casos más ilustrativos es la influencia increíblemente afectiva que el logotipo de McDonald’s genera en los niños: “A los niños que aún son demasiado pequeños para saber leer se les ilumina la cara con sólo advertir esos arcos dorados en el horizonte”, señala la firma de diseño Capsule en su libro *Claves del diseño.* Hace apenas unas semanas, los inquietos consumidores mexicanos amantes de Apple sonrieron de la misma forma en que lo hace un niño frente a un McDonald’s al anunciarse la venta del iPad en nuestro país. A la gran mayoría, seguramente, poco les importaron las malas notas que el dispositivo obtuvo entre los consumidores estadunidenses. Había que obtenerla, era la misión de los millones de fanáticos del logotipo de la manzana. ¿Será acaso que un logotipo pesa más que un producto? “El logo es un arma poderosa, puede estimular la percepción del consumidor y la del personal del negocio. Lo que no puede hacer es forjar una empresa”, afirman los expertos en su libro *Claves del diseño. Logos 01.* Sin embargo, David A. Aaker y Erich Joachimsthaler, en su *Liderazgo de Marca,* también tienen una conclusión: “Los productos son clave para la marca, pero la marca es más que los productos”. Lo único cierto es que el destino de un logotipo lo forjan los consumidores, en nosotros está el dejarnos o no seducir por sus encantos.

Marca tu forma de ser

¿Pero realmente que Cuauhtémoc y el Chicharito vistan una camiseta Adidas puede crear vínculos emocionales con nosotros como para que nos olvidemos de consumir inteligentemente? Para Jennifer Ríos, integrante del equipo de arte y diseño de Aura Comunicación, no cabe duda: “Claro que sí, un logotipo puede normar el estilo de vida de un consumidor. Buscamos rasgos o similitudes en el segmento al que estamos dirigidos y realizamos estudios de mercado para saber cómo nos vamos a comunicar para lograrlo”. En cambio, Sergio Luna, director de Rojo 032 Branding considera que no es así: “Definitivamente un logotipo no define el estilo de vida de un consumidor, es un error pensar que sólo el diseño de un logo puede definir el apego de las personas a importante marcas como Starbucks”.

¡Felicidades, Abuelo!

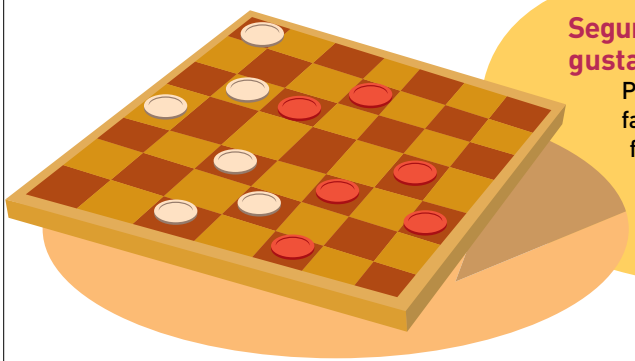
Anota en tu calendario el 28 de agosto y prepárate para celebrar a algunos de los integrantes más importantes de la familia: los abuelos. Si no sabes cómo puedes festejarlos, aquí te damos 10 consejos para poner en práctica en su día o durante todo el año. **Por MarTe**

Tu abuelo tiene casi el doble que la edad de tus papás y muchos años más que tú.

¿Has pensado en todas las historias que ha vivido? Pídele que te cuente cómo era su vida cuando tenía tu edad y sorpréndete descubriendo cómo ha cambiado la forma en la que tú vives tu infancia.

Cuando envejecemos, a veces perdemos un poco de fuerza y nos cansamos más rápido.

Pregúntale a tu abuelo si necesita que le ayudes en su jardín, a limpiar los pisos, barrer su casa o alguna actividad que te comente que le cuesta trabajo realizar.



Seguramente a tus abuelos les gustan los juegos de mesa.

Pasa una tarde junto con ellos y tu familia divirtiéndote con sus juegos favoritos. Al final pueden establecer algún premio como un dulce o un chocolate. ¡Te divertirás mucho!

¿Tiempo o dinero?

Gracias a tus abuelos, tú tienes una familia. No sólo los celebres hoy y recuerda, más que cualquier regalo costoso obséquiales tiempo de calidad. Llámalo al menos una vez a la semana y visítalos en cada oportunidad que tengas. No importa que sean un poco gruñones, le encantarán las atenciones que puedan recibir de tu parte.

Si vives lejos de ellos, sorpréndelos en su día.

Organiza junto con tus papás una comida sorpresa en tu casa e invita a tu familia. Hazlo con anticipación y reúne a tanta familia como puedas. El día de la reunión, diles a tus abuelos que van a otro lado y llévalos a tu casa. Le gustará mucho la sorpresa.

Ya estás acostumbrado a ver pelis en 3D, pero ¿sabes qué era lo que veían tus abuelos en el cine?

Pregúntales el nombre de su película favorita, réntala y disfrútala con ellos. Además, no pierdas la oportunidad de preguntarles cómo eran los cines cuando ellos eran pequeños.

Si nunca conociste a tus abuelos y quieres poner en práctica estos consejos, puedes hacerlo.

Regala un poco de tu tiempo a los viejitos que viven en algún asilo cerca de tu casa. Pasar una tarde con ellos es un regalo que no te cuesta y ellos agradecerán mucho.

Descubre cómo fue su vida: pídeles que te enseñen su álbum familiar.

Compara si se vestían muy diferente a ti o cómo era el entorno en el que vivían. Ellos tenían más árboles y áreas verdes alrededor. Si viven en el mismo lugar que ahora ¿ha cambiado mucho la colonia? Sorpréndete con la comparación.

Puede ser que uno de tus abuelos haya fallecido.

Acompaña a tu abuelo o abuela al cementerio a dejar flores y pasa tiempo con él. Recuerda que fue una de las personas más importantes para él o ella, así que si te lo pide, acompáñalo a esta visita.

¿Quién cocina más rico que una abuelita?

Aprovecha y aprende sus deliciosas recetas: ofrécete para ayudarle a cocinar algún postre. Intenta hacer la receta tú mismo guiado únicamente por sus consejos y pídele a un adulto que te ayude a manejar la estufa o el horno.

¿Por qué no intentas enseñarle a tus abuelos a utilizar algo que tú utilizas todos los días?

Por ejemplo, tu computadora. Ellos no crecieron con las ventajas de la tecnología que tú tienes cerca de tu entorno y servirá para que pases un tiempo junto con él.

Gráfico Érika del Carmen Argüello

TUS LAZOS CON PROFECO

Estos son los distintos canales y servicios que ofrece la **Procuraduría Federal del Consumidor** para cumplir con su misión a lo largo y ancho de la República.

Internet

profeco.gob.mx

BRÚJULA DE COMPRA
Análisis de precios y estudios comparativos para el consumidor inteligente.

CONCILIANET
Presenta tu queja en línea. Cero filas, cero espera, cero papel.

QUIÉN ES QUIÉN...
- **En los precios:** utiliza las herramientas: **Precios mínimos y máximos** de productos de consumo. También la **Canasta inteligente**, para comparar los costos de tu lista del súper.
- **En créditos a pagos fijos:** con información de créditos de establecimientos de 22 ciudades.
- **En el envío de dinero:** qué ofrecen y cuánto te cobran por enviar dinero de Estados Unidos a México.

BURÓ COMERCIAL
Te decimos cuáles empresas tienen quejas, procedimientos o contratos de adhesión registrados ante **Profeco.**

ALERTAS AL CONSUMIDOR
¿Cuáles productos y servicios suponen un riesgo para los consumidores?

ENCUESTAS Y SONDEOS
Participa en los estudios de hábitos de consumo que realizamos gracias a ti. Además, puedes descargar los resultados.

REGISTRO PÚBLICO DE CONSUMIDORES
Inscribe tu número telefónico y evitarás el acoso de promociones indeseadas.

revistadelconsumidor.gob.mx

Aquí podrás encontrar artículos, estudios de calidad completos, videos, programas de radio, recetas del Platillo Sabio Profeco y la Tecnología Doméstica Profeco.

Podcast en iTunes

Ya puedes descargar el podcast de la **Revista del Consumidor** a través de la tienda de iTunes. Suscríbete y escucha cada semana un episodio nuevo con información relevante y la actualidad del consumo. ¡Es gratuito!

ecovehiculos.gob.mx

En este micrositio, realizado por el Instituto Nacional de Ecología, la Comisión Nacional para el Uso Eficiente de la Energía y **Profeco**, encontrarás información sobre la eficiencia energética de los autos. Con él ahorrarás gasolina.

youtube.com/profecotv

Busca nuestro contenido exclusivo para internet en el canal oficial de **Profeco** en YouTube. Consejos y recomendaciones que te ayudarán a ahorrar y a saber más sobre los servicios que **Profeco** te ofrece.

TELÉFONO DEL CONSUMIDOR

5568 8722 (DF y zona metropolitana)
01800 468 8722 (resto del país)

REGISTRO PÚBLICO DE CONSUMIDORES

La privacidad es tu derecho

9628 0000 (DF, Guadalajara y Monterrey)
01800 962 8000 (resto del país)

PROCITEL

Programa de citas por teléfono. Porque tu tiempo vale oro

5568 8722 (DF y zona metropolitana)
01800 468 8722 (resto del país)

Asesorías

En asesoria@profeco.gob.mx entras en contacto con especialistas jurídicos.

¿Problemas con tu suscripción a la revista? Llama a los teléfonos:

5516 6612
5516 7296
5516 6939

OFICINAS CENTRALES

Av. José Vasconcelos 208, colonia Condesa, delegación Cuauhtémoc, México, DF.

Centro de Documentación Profeco (Cedoc)

Consulta o compra la **Revista del Consumidor,** adquiere los libros publicados por **Profeco** y accede a una biblioteca especializada en consumo. Lunes a viernes de 9:00 a 18:00 horas.

DELEGACIONES PROFECO

AGUASCALIENTES
Juan de Montoro #103, col. Centro, CP 20000, Aguascalientes.

BAJA CALIFORNIA
Guadalupe Victoria #9440,edificio Daroca, a espaldas de Plaza Fiesta, col. Zona del Río, CP 22320, Tijuana.
Subdelegación: Av. Pioneros #1005, Palacio Federal, dentro del Centro cívico y comercial, CP 97000, Mexicali.

BAJA CALIFORNIA SUR
Jalisco #s/n, esq. Francisco I. Madero, col. Pueblo Nuevo, CP 23060, La Paz.

CAMPECHE
Av.16 de Septiembre s/n, Palacio Federal, primer piso, col. Centro, CP 24000, Campeche.

CHIAPAS
Circunvalación Tapachula #844, col. Moctezuma, CP 29030, Tuxtla Gutiérrez.
Subdelegación: Octava Avenida Sur #46, entre 2a y 4a Poniente, col. Centro, CP 30700, Tapachula de Córdoba.

CHIHUAHUA
Benjamín Franklin #3220, Centro Com. Plaza de las Américas loc. 7-a, col. Margaritas. CP 32315, Cd. Juárez.
Subdelegación: Ramírez #2007, esq. Calle 22, col. Pacífico, CP 31030, Chihuahua.

COAHUILA
Blvd. Venustiano Carranza #2879, (a un lado del "Sat"), col. La Salle, CP 25240, Saltillo.
Subdelegación: Av. Matamoros #1285 Pte, Col. Centro, CP 27000, Torreón.

COLIMA
José Antonio Torres #402, esq. Av. Rey Coliman, col. Centro, CP 28000, Colima.
Subdelegación: Balbino Dávalos #54, esq. Carrillo Puerto, col. Centro, CP 28200, Manzanillo.

DISTRITO FEDERAL
Centro (Benito Juárez, Gustavo A. Madero, Cuauhtémoc, Azcapotzalco): Dr. Carmona y Valle #11, 4to y 5to piso, col. Doctores, CP 06720.
Oriente (delegaciones políticas: Iztacalco, Iztapalapa y Venustiano Carranza): Azafrán #18 1er piso, colonia Granjas, CP 08400.
Poniente (delegaciones políticas: Álvaro Obregón, Cuajimalpa, Magdalena Contreras, Miguel Hidalgo): Toltecas #23, esq, Calle 10, col. San Pedro de los Pinos, CP 01180.
Sur (Milpa Alta, Tláhuac, Tlalpan, Coyoacán y Xochimilco): Periférico #5323, col. Isidro Favela, CP 14030.

DURANGO
Zaragoza #110 sur, col. Zona Centro, CP 34000, Victoria de Durango.

ESTADO DE MÉXICO
Naucalpan: Avenida 3 #47, entre Avenida de las Torres y Blvd. Toluca, col. Fraccionamiento Industrial Naucalpan, CP 53370.
Nezahualcóyotl: Cucaracha #293, esq. Gustavo Baz, col. Benito Juárez, CP 57000.
Tlalnepantla: Mario Colín #56, col. Centro, CP 54000.
Toluca: Santos Degollado #103 (enfrente del Cosmovitral), col. Centro, CP 50000.
Ecatepec: Av. Hank González #50, Mza. 44, pasillo 29 (Center Plaza Ecatepec), col. Valle de Anáhuac, CP 55210.

GUANAJUATO
5 de Mayo #341, col. Zona Centro, CP 37000, León de los Aldama.
Subdelegación: Av. Guerrero #1385, esq. Fco. Sarabia (a una cuadra del estadio), col. Moderna, CP 36690, Irapuato.

GUERRERO
Av. Costera Miguel Alemán #304, col. Centro, CP 39300, Acapulco de Juárez.
Subdelegación: Av. Vicente Guerrero #112, col. Centro, CP 40000, Iguala de la Independencia.

HIDALGO
Cuauhtémoc esq. pasaje a la iglesia La Villita #700, col. Revolución, CP 42060, Pachuca.

JALISCO
Marsella #49, 2do piso, Sector Juárez, col. Americana, CP 44160, Guadalajara.

MICHOACÁN
Blvd. García de León #1908, col. 5 de diciembre, CP 58280, Morelia.

MORELOS
Av. Atlacomulco #76, antes 202, col. Acapantzingo, CP 62440, Cuernavaca.

NAYARIT
Av. México #142 sur, col. Centro, CP 63000, Tepic.

NUEVO LEÓN
Av. Profesor Moisés Sáenz #602, col. Mitras Centro, CP 64460, Monterrey.

OAXACA
Heroico Colegio Militar #1109, planta alta, col. Reforma, CP 68050, Oaxaca.

PUEBLA
19 Sur #506, desp. 103, col. La Paz, CP 72160, Heroica Puebla de Zaragoza.

QUERÉTARO
Av. Constituyentes #102, Ote. PB, col. Quintas del Márquez, CP 76047, Santiago de Querétaro.

QUINTANA ROO
Av. Coba #9 y 11, Supermanzana 22, frente al Seg. Social), col. Centro, CP 77500, Cancún.
Subdelegación: Av. Juárez por 45 Sur, local #7 (interior Plaza Papagallos), col. Centro, CP 77710, Playa del Carmen.

SAN LUIS POTOSÍ
Basalenque #113, entre Cuauhtémoc y Carranza, col. Jardín, CP 78270, San Luis Potosí.

SINALOA
Blvd. Francisco I. Madero #744 Pte, col. Centro, CP 80000, Culiacán de Rosales.

SONORA
Oaxaca #150 poniente, esq. Escobedo, Edificio San Enrique, col. Centro, CP 83000, Hermosillo.
Subdelegación: Chihuahua #169 Sur, entre Guerrero e Hidalgo, col. Centro, CP 85000, Ciudad Obregón.

TABASCO
Nicolás Bravo #102, tercer piso, esq. Hidalgo (edificio Pastrana), col. Centro, CP 86000, Villahermosa.

TAMAULIPAS
Juan B. Tijerina #925, col. Centro, CP 87000, Ciudad Victoria.
Subdelegación: Blvd. Morelos #475 esq. Rep. de Argentina, col. Anzalduas, CP 88630, Reynosa.
Subdelegación: Av. Hidalgo #5004, primer piso, Local 1, col. Sierra Morena, CP 89210, Tampico.

TLAXCALA
Calle 33 #203, col. Loma Xicohtencatl, CP 90070, Tlaxcala de Xicohtencatl.

VERACRUZ
Av. Salvador Díaz Mirón #2880, esq. Salubridad, col. Fraccionamiento Moderno, CP 91918, Veracruz.
Subdelegación: Cánovas #2, col. Centro, CP 91000, Xalapa.

YUCATÁN
Calle 49 #479-A, entre calles 54 y 56, col. Centro, CP 97000, Mérida.

ZACATECAS
Fernando Villalpando #214, col. Centro, CP 98000, Zacatecas.

EL TURNO DE

Susana Zabaleta, CONSUMIDORA

Cantante operística y pop, actriz de cine, teatro y televisión (ha participado en más de 40 proyectos) y una compradora nada despilfarradora (dice), Susana la polifacética e incansable se animó a entrarle a nuestro cuestionario de consumo.

¿En qué gastas sin miramientos?
Principalmente, en mis hijos.
¿Alguna vez te has arrepentido de comprar algo que no necesitas?
Por supuesto, y cuando me doy cuenta, voy y lo regreso.
¿Cuál es la peor excusa que te ha dicho un proveedor?
Que el problema no era culpa suya, que era culpa "de la aduana".
La última vez que tuviste un problema con un comerciante, ¿le exigiste una solución o preferiste no armar lío?
Hice valer mis derechos y le pedí firmemente que lo solucionara.
El planeta tarda 15 meses en regenerar lo que nosotros consumimos y desechamos en un año, ¿piensas en ese tipo de cosas cuando vas de compras?
Por supuesto que pienso en todas estas cosas. Por eso, nunca pido bolsa.
Te acabas de comprar un nuevo gadget, ¿lees el instructivo o sigues tu intuición?
No lo hago yo, le pido a mi marido que lea el instructivo.

"Lo mejor que la gente puede hacer es seguir gastando mientras tenga"

¿Existe algo que consideres cercano al producto perfecto?
Debe haber algo casi perfecto.
¿Como consumidor, tienes placeres culpables?
¿Tú no?
¿Quién es el consumidor más inteligente que conoces?
El más inteligente es el que no necesita nada.
Si el ritmo de vida te lo permitiera, ¿preferirías cocinar en casa en vez de comer en algún restaurante la mayoría de los días?
Yo cocino en casa. Cuando como fuera, es por placer.
¿Qué te sugiere el término "consumo consciente"?
Las cantantes no tenemos conciencia.
¿El cliente siempre tiene la razón?
Claro que no.
¿Tu recomendación para mitigar los efectos de la crisis económica en el hogar?
Ninguna, lo mejor que pueden hacer es seguir gastando mientras tengan.
Cuando lees la lista de ingredientes de algún alimento enlatado, ¿te deprimes?, ¿te preocupas?, ¿sientes picada tu curiosidad?, ¿terminas con la sensación de que no entendiste nada o se te ocultó información?
Lo leo antes y si no le entiendo no lo compro. O de plano ni me fijo.
¿Te consideras despilfarradora?
La verdad, no.

Foto Cortesía Consecuencias Publicitarias

MUCHO CUIDADO

Supuestos “paquetes de protección” contra la CFE

¡Sellos piratas de Profeco!

En los alrededores de la estación Buenavista del metro de la Ciudad de México un grupo de personas ofrecen un supuesto “paquete de protección” contra los cobros de la Comisión Federal de Electricidad: un machote de escrito de queja, una carta poder que otorga la representación legal del usuario y una calcomanía con el sello de una “Procuraduría Federal del Consumidor A.C.” (para pegar en el medidor de la luz y así supuestamente suspender el cobro del servicio de energía eléctrica), es lo que ofrecen por un “donativo” de cinco pesos.

Esto es un completo engaño, por lo que puntualizamos:

1 **La “Procuraduría Federal del Consumidor A.C.” no existe.**

2 La **calcomanía que** piratea la imagen y el nombre de esta institución es falsa y **no servirá para suspender el cobro de energía**.

3 Los trámites ante nuestra Institución son **totalmente gratuitos**.

No te dejes sorprender y denuncia este tipo de irregularidades al Teléfono del Consumidor: 5568 8722, en el DF y zona metropolitana y 01 800 468 8722, larga distancia sin costo desde el resto del país.

30 años y suena más que nunca

TELÉFONO DEL CONSUMIDOR
5568 8722 • 01800 468 8722

"Si de precios se quiere enterar, sólo un número tiene que marcar: 5-6-8-8-7-22". ¿Recuerdas esa tonada? Es el *jingle* que hizo famoso al Teléfono del Consumidor que, por cierto, este año cumple tres décadas de escucharte y atenderte.

No dudes en marcar, porque el Teléfono del Consumidor...

1

Cuida tu dinero

Entérate de dónde se vende más barato el refrigerador que buscas, pregunta por la calidad de un producto analizado por el Laboratorio, infórmate sobre el número de quejas ante **Profeco** de una empresa antes de contratarla y mucha información más.

2

Te ayuda a resolver tus problemas con proveedores

En el Teléfono del Consumidor ingresamos tu denuncia o te asesoramos y programamos tu cita para que presentes tu queja.

3

Te informa sobre los temas de consumo que te interesan

¿Quieres más información sobre un artículo de la Revista del Consumidor, el Platillo Sabio Profeco o las Tecnologías Domésticas Profeco? Sólo marca para saber más o suscribirte a la revista.

Te atendemos de lunes a viernes de 9:00 a 19:00, y sábados y domingos de 10:00 a 18:00.

Vivir Mejor

www.profeco.gob.mx

Profeco

Gobierno Federal

SE

Estados Unidos Mexicanos

PLATILLO SABIO

El PSP se refiere a la posibilidad de integrar en un sólo plato, verduras, cereales, leguminosas o alimentos de origen animal que cumplan con los principios de una dieta equilibrada.

Todos los ingredientes utilizados han sido cuidadosamente cuantificados para asegurar que las preparaciones sean agradables y nutritivas, es decir, que aporten energía, proteínas, vitaminas y minerales. Además, se usan con moderación alimentos que los expertos en nutrición recomiendan no consumir en grandes cantidades, como azúcares refinados, carne roja, sal y grasas saturadas. Prepáralos porque además de nutritivos son económicos, deliciosos, prácticos e imaginativos.

Uno de los platillos fue tomado de la cocina árabe e incluye pan de trigo, jocoque, pollo, *hummus* o paté de garbanzo y algunas hortalizas. El resultado es una deliciosa combinación rica en proteínas.

Nuestra segunda sugerencia es la variación de uno de los platillos yucatecos más famosos: la cochinita pibil, que con todo el sabor de sus ingredientes originales se acompaña de pasta hojaldre para obtener una comida completa, equilibrada y versátil.

**El Platillo Sabio Profeco está avalado por la maestra en ciencias Covadonga Torre-Marina, profesora de la Universidad Panamericana.*

PAN ÁRABE: LA MARAVILLA

Hecho a base de harina de trigo, el pan árabe es una especie de tortilla gruesa y ahuecada que suele rellenarse de hortalizas, carnes y quesos. Se consume en el Mediterráneo Oriental, especialmente en Grecia y Turquía, y tiene la característica de cocerse muy rápido, bastan dos minutos en una superficie caliente, que puede ser desde un comal hasta un horno de pared o de piso. Durante ese tiempo el pan consigue un volumen extraordinario, pero temporal, y es justamente la cavidad central la que funciona como una especie de bolsillo que se rellena con alimentos variados. El pan árabe se acompaña tradicionalmente con *hummus* –llamado también paté de garbanzo– y aceitunas negras.

¿Carne de pobres?

Los garbanzos son leguminosas originarias del suroeste de Turquía introducidas a América por los españoles. Paradójicamente, México se ha convertido en el principal exportador de garbanzo a España, y ningún otro producto identifica tanto a nuestro país en el Mediterráneo como el garbanzo. Al garbanzo se le conoce también como la "carne del pobre" por ser rico en proteínas, almidón y lípidos, sobre todo en ácidos grasos insaturados y por tanto cardiosaludables. Es buena fuente de fibra y calcio, y aunque no incluye todos los aminoácidos indispensables de las proteínas, esta carencia se soluciona al combinarlos con algún cereal, por ejemplo, pastas, arroz o pan.

El versátil achiote

El achiote o *achiotl* en lengua náhuatl es un árbol que crece silvestre en los bosques tropicales húmedos y subhúmedos de México y América Central. Sus frutos están protegidos por vellos parecidos a espinas y están llenos de semillas, de las que se extrae un saborizante y colorante rojo, conocido también con el nombre de achote. Se usaba para teñir el rostro y el cuerpo de los participantes en ceremonias religiosas.

¡Mare, ninia!

La cochinita pibil, el platillo más famoso de la Península de Yucatán, se prepara con carne de cerdo –principalmente lechón– y una mezcla de especias que se tiñen de rojo por el achiote y el jugo de naranja.

La preparación tradicional se hace envolviendo la carne en hojas de plátano y cociéndola durante horas en un horno *pib* u horno subterráneo, la aportación por excelencia, en cuanto a técnica de cocción se refiere, de los habitantes de Mesoamérica al mundo. Con esta técnica el alimento se cuece sin añadirle grasa y se conservan las carnes jugosas.

Platillo Sabio Profeco

Pan árabe con jocoque y pollo, acompañado de hummus

Platillo Sabio Profeco

Hojaldre de cochinita pibil

Platillo Sabio Profeco

Pan árabe con jocoque y pollo, acompañado de hummus

Aporte nutrimental (por ración): Kilocalorías: 524 • Proteínas: 23 g • Hidratos de carbono: 35 g • Fibra dietética: 1.35 g • Lípidos: 33 g • Colesterol: 103 mg

Ingredientes (6 raciones)
pechuga de pollo aplanada, cortada en fajitas (400 g)
1 cucharada de aceite
6 panes árabes o panes de pita
250 g de jocoque con ajo
6 hojas de lechuga lavadas y desinfectadas
2 jitomates sin semilla rebanados
1 aguacate
chiles en vinagre
3 zanahorias medianas
sal y pimienta al gusto

Para el *hummus
150 g de garbanzos cocidos
2 cucharadas de crema de ajonjolí (tahini)
1 cucharada de aceite de oliva
1 diente de ajo
1 limón (el jugo)
comino, sal y pimienta al gusto

* Si prefieres, puedes preparar la Tecnología Doméstica Profeco publicada en la edición anterior, correspondiente a julio.

43

Preparación:
1 Asa la pechuga en una sartén con poco aceite. Salpimiéntala y reserva.
2 Calienta ligeramente el pan árabe en un comal. Úntalo con jocoque con ajo, coloca encima una hoja de lechuga, las fajitas de pechuga de pollo, el jitomate y aguacate en rebanadas.
3 Agrega chiles en vinagre al gusto, enrolla el pan y envuélvelo con película plástica autoadherible y refrigera.
4 Antes de servirlo rebánalo a la mitad. Sírvelo frío o caliente acompañado del *hummus* y tiras de zanahoria.
5 Utiliza el horno de microondas o un comal para calentar.

Hummus
1 Coloca los garbanzos en una licuadora o procesador de alimentos.
2 Añade el ajo, la crema de ajonjolí, el jugo de un limón, un poco de sal, un poco de pimienta recién molida, y una cucharada de aceite de oliva.
3 Licua la mezcla, y si es necesario agrega un poco de agua. La consistencia debe ser pastosa, como un dip.
4 Lava, pela y rebana las zanahorias en forma de bastones.

Costo aproximado: $170

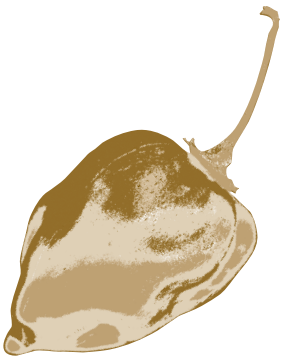
Foto Arturo Buitrón

Platillo Sabio Profeco

Hojaldre de cochinita pibil

Aporte nutrimental (por ración): Kilocalorías: 593 • Proteínas: 35 g • Hidratos de carbono: 55 g • Fibra dietética: 3.3 g • Lípidos: 24 g • Colesterol: 87 mg

Ingredientes (6 raciones)
600 g de pierna de cerdo
300 g de pasta hojaldrada
150 ml de jugo de naranja
1 diente de ajo
150 g jitomates saladet
150 g de cebolla
3 cucharadas de vinagre de manzana
2 cucharadas de miel de abeja
60 g de achiote
0.5 g de chile habanero
tomillo y orégano al gusto
sal al gusto
2 hojas de laurel



Para la salsa de cebolla morada
150 g de cebolla morada
2 cucharadas de aceite de maíz
3 cucharadas de vinagre de manzana
3 cucharadas de miel
0.5 g de chile habanero
orégano, tomillo y sal en cantidad suficiente

44

Preparación:
1 Muele el jugo de naranja, el ajo, el jitomate, la cebolla, el vinagre, la miel, el achiote, el chile habanero, el tomillo y el orégano en la licuadora.
2 Lava la carne y córtala en trozos.
3 Cuece la carne en una olla de presión junto con las hojas de laurel y la preparación molida.
4 Desmenuza la carne y reserva.
5 En una superficie plana, limpia y enharinada, con un rodillo extiende la mitad de la masa de hojaldre.
6 Con la masa anterior cubre el fondo de un molde para pay y vierte encima la preparación de la carne.
7 Extiende encima la pasta restante y tapa el molde. Haz unos cortes u orificios en la parte superior para que escape el vapor. Barniza la superficie con huevo batido para que dore.
8 Hornea a 175-180°C durante 45 minutos.
9 El hojaldre se sirve caliente acompañado con la salsa de cebolla morada al gusto

Salsa de cebolla morada
1 Corta la cebolla en medias lunas.
2 Muele el chile habanero con el vinagre, el orégano, el tomillo y la sal.
3 Saltea las cebollas cortadas en el aceite con la preparación anterior y la miel.

Costo aproximado: $130

Foto Arturo Buitrón